

WORKSHOP:

Zuckerfreie Desserts und Snacks – Gesunder Genuss

Referentinnen: Renate und Laura Emch
Datum: Freitag, 23. Oktober 2026
Zeit: 19:00 bis ca. 21:30 Uhr
Kosten: CHF 120.– (bar oder per Twint am Kurstag zu bezahlen)
Ort: Seminarraum REMA Naturheilkunde GmbH, Aetigkofen
Anmeldung: bis eine Woche vor dem Vortrag per Telefon, WhatsApp oder Mail

Süss geniessen ganz ohne raffinierten Zucker? In diesem inspirierenden Workshop entdecken wir, wie köstlich und abwechslungsreich zuckerfreie Desserts und Snacks sein können.

Gemeinsam lernen wir natürliche Alternativen zum Haushaltszucker kennen und bereiten einfache, alltagstaugliche Rezepte zu, die nicht nur gesund sind, sondern auch wunderbar schmecken. Ob cremige Desserts, energiereiche Snacks oder kleine Naschereien für zwischendurch – du erhältst viele praktische Ideen für eine bewusste und genussvolle Ernährung.

Inhalte des Workshops:

- Wissenswertes über Zucker und natürliche Süssungsmöglichkeiten
- Herstellung von zuckerfreien Desserts und Snacks
- Praktische Tipps für den Alltag
- Gemeinsames Verkosten der zubereiteten Köstlichkeiten
- Rezeptunterlagen zum Mitnehmen

Der Workshop richtet sich an alle, die ihren Zuckerkonsum reduzieren möchten, ohne auf Genuss zu verzichten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.



Entdecke, wie süss das Leben auch ohne Zucker sein kann!

Es gelten unsere AGB's (zu finden auf unserer Homepage).