„Vitalia - Freunde natürlichen Lebens e.V.“
Gemeinnütziger Verein im Sinne der Öffentlichen Gesundheitspflege VR 11634
Eibseestr. 3, 81377 München
Mobil 0171 8124331, Mo. - Fr. von 15-19 Uhr
Vorstand: Margot Zimmer und Violetta Meier
www.vitalia-verein.de E-Mail: kontakt@vitalia-verein.de

16. September 2023, Samstag

zu einem kulinarischen 3-Gang-Menü (es sind nur maximal 7 Teilnehmer möglich)

Treffpunkt ab 11:00 Uhr bei Hanne Bogosyan, Eibenwaldstr. 8

Wir genießen ein 3-Gangmenü mit Bio-Veganen Rezepten.

Teilnahmegebühr 85 ,-- Euro bitte überweisen Sie an die GLS Bank - Danke

Das erwartet euch

Kulinarischer Ausflug in den Eibenwald mit BasenGlück-Schlemmerei

Gesundheit kann man essen!
Für euren kleinen kulinarischen Ausflug habe ich mit viel Liebe und Achtsamkeit ein basisches 3-Gang-Menü zusammengestellt, in denen die Zutaten geschmacklich, optisch und in ihrer Wirkung optimal aufeinander abgestimmt sind. Je nach Wetter gibt es

- Wildkräutersalat mit sautierten Pilzen oder ein heißes Pastinaken-Birnen-Samt-Süppchen.
- Fenchel auf Orangenspiegel mit schwarzem Reis
- Erdmandelcreme mit verborgenem Schatz – ein bisschen hexen darf schon sein.

Änderungen behalte ich mir vor, denn ich verwende nur die frischesten Zutaten 😊
Dabei gebe euch einen kleinen Einblick in meine BasenGlück-Küche und erzähle euch Wissenswertes zu den Zutaten.
Nach dem Essen ab 14 Uhr Wanderung in Eibenwlad und zum Zellsee

Die Bestätigung der Teilnahme erfolgt nach Zahlungseingang.

Ihre Anmeldung ist wichtig

Name Vorname

Straße: Ort:

Vitalia-Mitglied ja nein

Mobil-Tel.

Mit einer basischen Ernährung schaffen wir die Grundvoraussetzung für einen gesunden Organismus und unser Wohlbefinden. Als kleiner Gourmet ist in meiner BasenGlück-Küche die wichtigste Zutat ein ausgezeichnetes Geschmackserlebnis und ein Augenschmaus, denn das Auge isst ja bekanntlich mit.

Die Teilnahme zum Ausflug erfolgt auf eigene Gefahr. Der Vitalia-Verein übernimmt keine Haftung
Jeder Teilnehmer sorgt selbst für entsprechende Fahrscheine.