

Ayurveda Kochkurs

Mittwoch 6. März, 17 Uhr

Indien ist das Land der harmonisierenden Gegensätze, es hat eine jahrtausendalte Tradition der vegetarischen und veganen Küche.

Unser vegetarisches ayurvedisches Menü „made bei Buddah“
für Einsteiger und Profis:

Hummus
Mett
Poree-Kartoffelcurry
Rote Bete-Curry mit Kokosmilch und Basilikum
Gelbe Rüben Sabji
Mango-Curryreis
Ananas-Chili Suppe
Tschapati
Minz-Chutney
Samosas
Rote Bete Raita
Laddu
Chai Tee
Süßes Lassi

Die ganze Welt sucht nach Nahrung.

Sie ist die Lebensquelle aller Wesen.

Klarheit, Langlebigkeit,

Intelligenz, Glück, Stärke,

Zufriedenheit und Wissen

- all dies gründet sich auf Nahrung.

Charaka Samhita

Guten Appetit wünscht Andrea Beck!

p.P. 89,-€

inkl. Biolebensmittel, kurze Ayurvedaeinführung, gemeinsames Kochen, gemeinsames Essen,
Rezepte, Wasser/Tee
Änderungen vorbehalten