



# Geniessen trotz Diabetes

<b>Description</b>	Was koche ich heute? Gerade für Diabetiker ist es nicht immer einfach, den Speiseplan abwechslungsreich und ausgewogen zu gestalten. Auch wenn die Ernährungsvorschriften nicht mehr so streng sind wie früher, lohnt es sich, die Kohlenhydrate im Auge zu behalten. Kochen Sie mit uns bekömmliche Alltagsrezepte mit viel Geschmack und wenig Kalorien.						
<b>Contenu</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Lebensmittelkunde</li><li>• Zubereitungsarten</li><li>• Arbeitstechniken</li><li>• Grundrezepte und Variationen</li><li>• Menüplanung und -vorschläge</li><li>• Einkauf und Lagerung</li></ul>						
<b>Objectifs</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sie wissen, wo Sie die Lebensmittel kaufen können.</li><li>• Sie kennen Techniken und Zubereitungsarten</li></ul>						
<b>Date</b>	19.10.2019 - 19.10.2019 / E_1324221						
<b>Horaire</b>	18:00 - 21:00 h						
<b>Jours</b>	Sa						
<b>Durée</b>	1 Jours de cours. Total 3.00 périodes à 50 minutes						
<b>Ecolage</b>	CHF 100.00						
<b>Lieu du cours</b>	Hertensteinstrasse 9 (Migros), 6004 Luzern						
<b>Dates</b>	<table><thead><tr><th>Jour</th><th>Date</th><th>Heures</th></tr></thead><tbody><tr><td>1 Sa</td><td>19.10.2019</td><td>18:00 - 21:00</td></tr></tbody></table>	Jour	Date	Heures	1 Sa	19.10.2019	18:00 - 21:00
Jour	Date	Heures					
1 Sa	19.10.2019	18:00 - 21:00					