



Foto: Bartek/stock.adobe.com

WERDE ZUKUNFTSKOCHER

Online-Kochworkshopreihe der 4 Jahreszeiten

Donnerstag, 07. März 2024

Donnerstag, 18. April 2024

Donnerstag, 20. Juni 2024

Donnerstag, 10. Oktober 2024

jeweils von 18:00 – 20:00 Uhr

Was wir essen, verändert die Welt – davon sind wir überzeugt. Mit der Änderung des Essverhaltens können wir unseren ernährungsbedingten ökologischen Fußabdruck um die Hälfte reduzieren! Jede*r Deutsche kann neuesten Studien zufolge allein durch das Essverhalten jährlich bis zu zwei Tonnen Klimagase einsparen.

Die **Kochworkshops "Zukunftskocher"** unter der Leitung von Gastro-Coach, Buchautorin und Botschafterin für klimafreundliche Küche -

Estella Schweizer starten je mit einem **kurzen**

Vortrag, in dem z.B. die Auswirkungen unseres heutigen Lebensmittelkonsums auf die Umwelt dargelegt und Lösungsansätze für eine nachhaltige Ernährung gezeigt werden.

Anschließend wird ein **zur Saison passendes klimaschonendes Gericht aus regionalen Zutaten live vorgekocht** und parallel **zu Hause nachgekocht**.

Zukunftskocher werden - Wintergenüsse

07. März 2024: Estella Schweizer

Zukunftskocher werden – Frühlingsfrische Gerichte

18. April 2024: Estella Schweizer

Zukunftskocher werden – Sommersalate und – gemüse

20. Juni 2024: Estella Schweizer

Zukunftskocher werden – Herbstliche Gaumenfreuden

10. Oktober 2024: Estella Schweizer

Veranstaltungsort: Online-Webinar

Nach Ablauf der Anmeldefrist erhalten Sie den Zugangslink, eine Einkaufsliste und die Rezepte um parallel daheim mitkochen zu können.

Kosten: kostenfrei (über Spenden freuen wir uns aber immer)

Anmeldeschluss:

Bis jeweils 13 Uhr drei Tage vor der Veranstaltung Bitte melden Sie sich für jeden Termin **EINZELN** an!

Anmeldung:

Die **Anmeldeformulare** und **weitere Informationen zur Vortragsreihe** finden Sie unter: www.bund-naturschutz.de/umweltbildung/zukunftskocher-kochen-fuer-die-zukunft

Projektleitung: Melanie Hahn

melanie.hahn@bund-naturschutz.de

Tel.: 0941 2972023



Foto: VICUSCHKA/stock.adobe.com