

# FERMENTIERUNGS-NACHMITTAG-LUZERN

SONNTAG 10.11.2019 12:00 UHR



An diesem Sonntag-Nachmittag dreht sich bei «PEACEFOOD.BIO», wieder alles um das probiotische fermentieren und deren gesundheitlichen Vorzüge. Im Kurs-Preis\* enthalten ist, die Herstellung eines probiotischen Sauerkrauts unter fachmännischer Aufsicht, dass man im Anschluss mit nachhause zu nehmen kann. Dazu werden ein grosses Bügelglas mit Dichtung, 2 KG Kohlgemüse, 40g Natursalz, 2 Paar Handschuhe, ein Beschwerung Glas und verschiedene Gewürze und Leihutensilien verteilt. Der Kurs dauert alles in allem ca. 4 Std. Für das leibliche Wohl wird im Restaurant gesorgt.

Allerdings ist diese Konsumationskosten nicht im Preis enthalten.

Um den Kurs-Verlauf so einfach wie möglich zu gestalten, bitten wir euch, keine eigenen Fermentations-Utensilien mit an den Kurs zu nehmen.

**Kurs-Kosten: 29.-/Person\*** für den Kurs ohne anschliessende Sauerkraut-Herstellung  
\* 39.-/Personen, die zusammen mit einer weiteren Person ein Sauerkraut-Glas erstellt  
\* 69.-/Person, die alleine ein Sauerkraut-Glas herstellt

**WICHTIG:** Es wird dringend gebeten pünktlich zu erscheinen, da für das allgemeine Verständnis die ersten paar Minuten entscheidend sind.

Anmelden bitte auf: Facebook, per E-Mail, Per WhatsApp, per Telefonanruf, im Restaurant oder einfach unangemeldet vorbei kommen!

**Weitere Infos unter: [www.peacefood.ch](http://www.peacefood.ch)**

**PEACEFOOD.BIO | RESTAURANT & TAKE-AWAY | Maihofstrasse 57 | 6006 Luzern | 041 420 30 30**