

POZVÁNKA

NA 1. LEKCI VAŘENÍ BEZ LEPKU, MLÉKA, VAJEC

pod vedením Mgr. Zuzany Kobíkové, autorky knihy [Varím s láskou: bez lepku, mléka, vajec](#)

Termín: 28. 11. od 17.00–19.00 hodin

Místo konání:

občanské **LOGO**
sdružení

nácviková kuchyně

[Vsetínská 20](#), 639 00 Brno

max. počet míst: pro 6 osob

cena lekce: 350,- Kč

Program

- krátký **výklad** o bohatých možnostech využití rýže v dietě GFCF a v dietě bez lepku, mléka, vajec
- **příprava** 3 jednoduchých pokrmů bez lepku, mléka, vajec z rýžových vloček včetně praktického nácviku pod vedením lektorky:

Rýžové mléko

Palačinka bez lepku, mléka, vajec

Vánoční kokosové kuličky

- **ochutnávka** připravených jídel a diskuse

Co si z kurzu navíc odnesete?

- **vytištěný materiál včetně zkušenných receptů + 3 nové VÁNOČNÍ RECEPTY**
- **balíček RACIO rýžových vloček**, abyste si vše mohli vyzkoušet brzy i doma

Jak se na kurz přihlásit?

Stačí, když na adresu kobikova@centrum.cz zašlete mail obsahující adresu Vašeho bydliště a telefon.

Pak na Váš e-mail obdržíte náhled faktury včetně informací k uhrazení kurzovního. Po uhrazení částky 350,- Kč (převodem na účet nebo hotově na adrese *Varím s láskou*, **Doležalova 3, 616 00 Brno**) máte místo v kurzu rezervované.

Co nás čeká v dalších lekcích?

Další lekce jsou v plánu vždy cca 1x za čtvrt roku. Tématem každé lekce bude seznámení s jednou surovinou (např. produkty z kukuřice, pohanky, jahel) a nácvik 3 receptů.