

## Online-Seminar: Hülsenfrüchte haben's drauf

- Zielgruppe: Eltern von schulpflichtigen Kindern sowie weitere Interessierte
- Zeit: Donnerstag, 25.02.2021 von 16:00 -17:00 Uhr  
(Einlass ab 15:30 Uhr)
- Ort: Online (Anbieter Zoom)
- Gebühr: kostenlos



Rezepte mit Hülsenfrüchten bereichern wieder mehr die Speisepläne der heimischen Küche sowie die Küchen der Außer-Haus-Verpflegung in Kitas und Schulen. Darüber hinaus sind Hülsenfrüchte eiweiß- und vitaminreich und eine gute Alternative zu Gerichten mit Fleisch.

Welche Arten von Hülsenfrüchten gibt es, was macht sie so gesund und wie bereitet man sie am besten zu? Darüber möchten wir in diesem Seminar berichten.

Veranstalterin ist die DGE-Vernetzungsstelle Schulverpflegung in MV, das Seminar richtet sich an Eltern von schulpflichtigen Kindern sowie Interessierte, die mit Hilfe von Hülsenfrüchten ihren Speiseplan etwas aufpeppen möchten.

Bitte melden Sie sich bis zum Donnerstag, 18.02.2021 verbindlich für das Online-Seminar an.

Bei technischen Fragen bieten wir Ihnen nach Rücksprache vorab einen Technik-Check an.

Die Einwahldaten senden wir Ihnen rechtzeitig vor der Veranstaltung per E-Mail zu.

Informationen zur Veranstaltung finden Sie auch auf unserer Internetseite unter nachfolgenden Link:

<https://www.dgevesch-mv.de/aktuelles/veranstaltungen>

## Ablauf

Referentinnen: Meike Halbrügge, Antje Jonas, DGE-Vernetzungsstelle Schulverpflegung in MV

*Ab 15:30 Uhr Einwahl in den virtuellen Veranstaltungsraum, Klärung technischer Fragen*

**16:00 Uhr Beginn der Veranstaltung, Begrüßung**

16:15 Uhr Warenkunde Hülsenfrüchte

16:30 Uhr Hülsenfrüchte in der Ernährung

16:45 Uhr Ideen und Tipps für die Zubereitung von Hülsenfrüchten

16:55 Uhr Verabschiedung

17:00 Uhr Ende der Veranstaltung