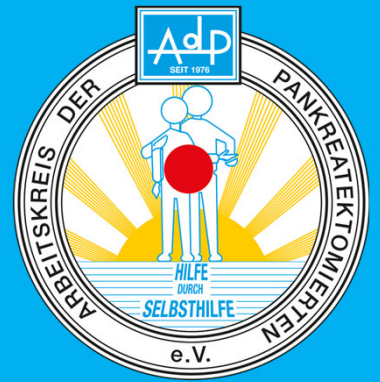


# Kochen im Frühling

Gesponsert durch die IKK



27. April 2024 von 11:00 – 15:00 Uhr

Elisabeth-Selbert-Schule, Steinhäuserstr. 25 -27, 76135 Karlsruhe

## Referentin

Frau Selina Weiler, Ernährungsberaterin / DGE

## Themen des Workshops

Wir kochen gemeinsam ein mehr gängiges Menü:

- Tomatencremesuppe
- Melonen-Feta-Salat mit Minze
- Gefüllte Hähnchenbrust dazu Grillgemüse und Ofenkartoffeln oder
- Vegetarisch:  
Linsenbratlinge mit Kräuterdipp
- Erdbeertiramisu mit Skyr

Anhand des Rezeptes berechnen wir die benötigten Enzyme sowie das benötigte Insulin. Außerdem erhalten wir wertvolle Tipps zum Thema Ernährung bei Erkrankung der Bauchspeicheldrüse.

## Für wen sind die Workshops?

Für Menschen, die an der Bauchspeicheldrüse erkrankt sind und aufgrund dessen Insulin und / oder Verdauungsenzyme benötigen.

Eine Begleitperson pro Teilnehmer ist möglich.

## Anmeldungen bitte bei

Andrea Raih: 0721 782807

Andrea Wiemer: 01525 2800948

adp-karlsruhe@adp-bonn.de