

Ontdek & Proef Puur groenten & fruit in Zutphen

Presentatie & culinaire proeverij op donderdagavond 6 oktober 2016

Wilt u genieten van eenvoudig, (h)eerlijke bereide groenten & fruit? Daarbij inspirerende tips & wetenswaardigheden en wetenschappelijke achtergronden ontvangen?

Dat kan in een kleinschalige, sfeervolle thuiskeuken in Zutphen



Samen met de kok Mieke Thors van **“Koken van vreugde”** en diëtiste Ingrid Bolwerk van **Bolwerk Diëtiste Praktijk** willen wij u een leuke en smakelijke avond bezorgen vol met inspirerende tips en weetjes om de vitaliteit te behouden en/of te verbeteren.

We laten u genieten en proeven van culinaire hoogstandjes, doch eenvoudig te maken gerechten, bereid door Mieke Thors met biologische groenten en fruit. Hierbij krijgt u tal van bereidingstips en weetjes. Vooraf aan de proeverij is er een korte demonstratie en uitleg van biologische en niet-biologische ingrediënten.

Ingrid Bolwerk geeft uitleg en weetjes & tips bij deze en andere groenten & fruit, waarbij er voldoende gelegenheid is om vragen te stellen.

De presentatie en proeverij is inclusief een zeer smakelijk welkomstdrankje en koffie of thee met wat lekkers na. Alle recepten worden u digitaal nagezonden, zodat u de avond thuis nog eens kan beleven.

Kortom: wilt u meer weten van groenten & fruit en wilt u dit ook ervaren en proeven op een bijzonder sfeervolle locatie? Geeft u zich dan op.

Locatie: Thuiskeuken, Mieke Thors, Hemonystraat 5, Zutphen

Datum: donderdag 6 oktober a.s.

Tijd: 20.00-21.30 uur

Kosten: 17,50 p.p.

Maximaal aantal deelnemers: 8

Aanmelden kan tot 30 september a.s. bij Ingrid Bolwerk van Bolwerk Diëtiste Praktijk:

info@bolwerkdietistepraktijk.nl (mail heeft voorkeur) of telefonisch (0575) 57 11 20

Bij aanmelden, graag vermelden: uw naam, aantal personen, waarna u een bevestigingsmail met de betalingsgegevens ontvangt.

Voor meer info over Bolwerk Diëtiste Praktijk, zie de website:

www.bolwerkdietistepraktijk.nl