



Baka bröd & få ny inspiration till salladsbordet



Många förskolor och skolor går över till att baka bröd själva. När doften av nybakat bröd sprider sig triggas aptiten. Med smarta recept kan vi arbeta smart med näringsinnehåll och sådant som annars lätt blir svinn.

Med salladsbordet kan vi uppmuntra att prova nya smaker och ingredienser. Det kan även vara ett bra komplement till dagens meny på ett näringsmässigt plan.

Workshop halvdag

Under vår bakkurs får deltagarna lära sig grundläggande brödbakning. Vi bakar olika slags bröd där vi visar hur brödet kan vara komplementet för mättnad med mer protein i brödet, samt hur svinn kan förhindras genom att använda det i degen istället för att slängas. Vi går även igenom hur vi kan arbeta tidseffektivt för att hinna med att baka bröd.

När degen jäser låter vi oss inspireras i råvaror och kombinationer för att utveckla salladsbordet. Vi pratar även om hur salladsbordet kan vara ett bra och viktigt komplement för en näringsriktig måltid tillsammans med huvudrätten som serveras.



Vi kommer till era lokaler.
Resekostnader tillkommer utanför Stockholms kranskommuner.
Föreläsning går även att boka digitalt utan fika.



Kursen passar grupper upp till 16 personer per tillfälle. Gärna förskola och skola i separata grupper. Tidsåtgång 3,5-4 timmar. Pris på offert.



Kreativa Kök har mångårig erfarenhet av att inspirera och utveckla näringsriktig och hållbar mat och måltider inom förskola, skola och äldreomsorg.

kreativakok.se



070-684 16 65
kontakt@kreativakok.se