



Ohne geht auch

## Frei von Allergenen ein Seminar für Alle die Alternativen suchen

### Aktuelle Themen >>>

Ernährung - Theorie & Praxis

Die 14 Hauptallergene – Grundlagen

Allergene Lebensmittel austauschen.

Was benötigt der Tischgast an Nährstoffen, wie werden wir diesen Anforderungen gerecht

Praktische Umsetzung von Allergenfreien Rezepten

Anforderung - Wie kann ich allen gerecht werden?



# Alternativen haben Einblicke in eine *neue Art zu kochen*

In diesem Seminar werden wir die Alternativen zu allen 14 Hauptallergenen aufzeigen. Vorzüge von veganen und vegetarischen Komponenten ausarbeiten. Gemeinsam in der Praxis die Alternativen herstellen. Von der Mandelmilch bis zu glutenfreien Backprodukten.

### Ihr Nutzen

- Sie erleben wie einfach es ist, die allergenfreie Kost, täglich zu einem kulinarischen Erlebnis zu machen.
- Sie erhalten wertvolle Tipps, wie Sie die angebotenen Speisen den jeweiligen allergenfreien Anforderungen exakt anpassen.
- Durch dieses Praxisseminar und den Erfahrungsaustausch mit anderen Verpflegungsverantwortlichen werden Sie für die Bedürfnisse Ihrer Bewohner und Patienten noch weiter sensibilisiert.
- Die praktischen Beispiele und Anwendungen runden dieses Praxisseminar erfolgreich ab.

Wenn Unverträglichkeiten zum Problem werden. Immer mehr Essensteilnehmer sind durch Unverträglichkeiten in ihrer Auswahl an Lebensmitteln eingeschränkt. Auch die Küche steht vor immer neuen Herausforderungen. Wir möchten die Verantwortlichen in der Herstellung von Speisen aufzeigen wie der Arbeitsalltag einfacher gestaltet werden kann.

**Tipps & Tricks  
Gesunde  
Alternativen  
schnell, einfach  
selbst hergestellt.  
In Theorie und  
Praxis**