

Glutenfrei-Workshop mit Andrea Hiller **für Gäste des Goldenen Adler Ischgl**



„Seit vielen Jahren bin ich einmal im Jahr zu Gast im Goldenen Adler als Ansprechpartnerin in Sachen „glutenfreie Ernährung“. Ich genieße, als selbst von Zöliakie Betroffene sehr die gute und sichere glutenfreie Küche hier.“

Auf Klein Zeinis, der urgemütlichen Hütte unseres Hotels, Nähe Galtür haben Sie an den kommenden Tagen Gelegenheit, GLUTENFREI in Theorie & Praxis kennenzulernen.

Montag, 2.07.2018

- 11 h bis ca. 15 Uhr
Treffen auf Klein Zeinis (eigene Anfahrt) im Anschluss an das Hüttenfrühstück
 - kurze theoretische Einführung in die Besonderheiten des glutenfreien Backens
 - Zubereitung verschiedener Grundteige und Backwaren – auch nach Wunsch der Teilnehmer z.B. Laugenbrezeln, Schinkenhörnchen, Kaiserschmarr'n, Apfeltaschen (Hefe- und Quark-Öl-Teig)
- 20.30 h
Kurzvortrag & Fragestunde zur Zöliakie & Glutenfreien Ernährung bei einem gemütlichen Glas Wein im Hotel-Restaurant

Dienstag, 3.07.2018

- 10.30 h bis ca. 14 Uhr - Treffen auf Klein Zeinis (eigene Anfahrt)
 - Glutenfreie kleine Gerichte leicht & schnell gemacht: Zubereitung von Nudelteig (Maultaschen), Käse-Spätzle und Marillen-Buchteln (Hefeteig); Zubereitung einer Tomaten-Gemüse-Sauce
- 20.30 h
Rund um die Glutenfrei-Kennzeichnung beim Einkauf & im Restaurant
Informationen, Tipps & Übungen Glutenfreies von Glutenthaltigem zu unterscheiden

Mittwoch, 4.07.2018

- 10.30 h Treffen auf Klein Zeinis (eigene Anfahrt)
 - Zubereitung eines Kuchen-Buffets für den Nachmittag (Biskuit, Brandteig, Mürbeteig)
- ab 15 Uhr
Kaffee und Kuchen für alle Gäste auf Klein Zeinis

***Die Teilnahme an jedem der Angebote ist frei und einzeln wählbar und ein kostenloser Service des Hotel Goldener Adler.
Die Backwaren und Speisen werden bei Bedarf auch laktosefrei hergestellt.***