



Vorratsküche - Durch Einkochen Obst, Gemüse und Gerichte länger haltbar machen - Meal Prep

Im Rahmen der Veranstaltungsreihe „Garten im Klimawandel laden das Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten, der Agenda 21-Arbeitskreis Umwelt und die VHS ein

am Donnerstag, den 18. September 2025

von 18.00 - 20:30 Uhr

zum Workshop „Einkochen - Meal Prep“

Und schon wieder beginnt die Erntezeit im Garten. Was tun, wenn der Ernteerfolg größer ist als der eigene Verbrauch? Verwerten Sie Ihre Erträge aus dem heimischen Garten doch mal auf eine andere Art!

Hauswirtschaftsreferentin Carmen Wenzel wird in der Schulküche des AELF Karlstadt, Ringstraße 51, praktisch vorführen und anleiten, wie Obst und Gemüse durch Einkochen haltbar gemacht werden können. Es ist eine einfache Methode, die Gläser zum Einkochen und einen Sterilisiertopf erfordert. Der kulinarischen Vielfalt sind hierbei nahezu keine Grenzen gesetzt.

Zusammen mit der Referentin besteht die Möglichkeit, ein Glas Gemüse „einzuwecken“. Die Teilnehmer lernen, wie auch Gemüse und Menü-Komponenten einzukochen sind und erhalten Rezepte und Tipps.

Die Teilnahme kostet 10 Euro und ist vor Ort zu entrichten. Die Materialkosten für ein Einmachglas und die Lebensmittel werden auf die Teilnehmer umgelegt. Eine Anmeldung ist bis zum 11.09.2025 erforderlich bei Corina Klein, Tel.: 09353-7908 1042 oder E-Mail: corina.klein@aelf-ka.bayern.de.