Mozaik – Društvo za socialno vključenost

ZD Murska Sobota

Pribinovina

KUHARSKI NATEČAJ

»PRIPRAVI SI ZDRAV OBROK«

Delite svoj recept in navdihnite druge!

Imate recept za okusno in zdravo jed? V okviru projekta **»Na Goričkon stoupimo sküp«** vas vabimo, da ga delite z nami!

Skupaj pokažimo, kako lahko iz domačih in lokalnih sestavin skuhamo nekaj dobrega in zdravega. Veseli bomo tudi idej za jedi iz živil, ki jih najdemo v paketih humanitarne pomoči.

Kako sodelujete?

Zapišite ime jedi, sestavine s količinami in postopek priprave. Dodajte svoje ime in priimek, kraj ter kontakt, da vas bomo lahko obvestili o izboru receptov.

Recept lahko:

- pošljete na **mitja.disic@zd-ms.si** ali
- prinesete na naslednjo kulinarično delavnico v svojem kraju, ki jo bo pripravila in vodila dietetičarka Tadeja Puhek iz Zdravstvenega doma Murska Sobota.

Na delavnici bomo z dietetičarko kuhali po izbranih receptih, ki jih bo po potrebi prilagodila za bolj zdrav obrok.
K skupnemu kuhanju bomo povabili tudi avtorje receptov.

Naj vaš recept postane navdih za bolj zdrave obroke v naši skupnosti!



LAS Goričko – Lokalna akcijska skupina

I FEEL SLOVENIA

Sofinancira Evropska unija

SKUPNA KMETIJSKA POLITIKA