APPETIT AUF ZUKUNFT 2.0

AB OKTOBER 2026

Eferdinger Land AKADEMIE

Mit Unterstützung von Bund, Land und Europäischer Union

Bundesministerium Land- und Forstwirtschaft, Klima- und Umweltschutz, Regionen und Wasserwirtschaft

WIR leben Land – Gemeinsame Agrarpolitik Österreich

LAND OBERÖSTERREICH

Kofinanziert von der Europäischen Union

LEADER – Entwicklung durch die regionale Bevölkerung

Appetit auf Zukunft 2.0

Regional genießen
Wissen teilen
Ressourcen wertschätzen

Was kommt auf unseren Tisch? Woher kommen unsere Lebensmittel? Was können wir selbst daraus machen – und wie können wir dabei bewusst mit unseren Ressourcen umgehen?

Mit „Appetit auf Zukunft 2.0“ möchen wir genau diesen Fragen Raum geben. Dabei geht es nicht um Perfektion, sondern um kleine Ideen, die sich einfach in den Alltag integrieren lassen: regional einkaufen, Lebensmittel wertschätzen, Reste kreativ verwerten, clever vorkochen, altes Wissen neu entdecken oder Dingen ein zweites Leben schenken.

Unser neues Bildungsprogramm ist deshalb mehr als eine Einladung zu unseren Workshops. Es ist ein kleines Magazin voller Inspiration, praktischer Tipps, Rezepte und Geschichten aus der Region. Wir möchten Wissen teilen, zum Ausprobieren anregen und zeigen, dass nachhaltiges Handeln oft einfacher ist, als man denkt.
Ob beim gemeinsamen Kochen, beim Entdecken regionaler Lebensmittel, beim Austausch zwischen den Generationen oder bei kreativen Ideen rund um Upcycling und Ressourcenschonung – wir glauben daran, dass aus Wissen Handeln werden kann. Und dass aus vielen kleinen Veränderungen etwas Großes entsteht.
Wir haben „Appetit auf Zukunft“ – und du?

Dann blättere hinein, lass dich inspirieren und entdecke, was das Eferdinger Land zu bieten hat.

Viel Freude beim Lesen, Ausprobieren, Nachkochen und Mitmachen wünscht dir

das Team des
Regionalentwicklungsverbandes Eferdinger Land

Hinter die Kulissen g´schaut

Was steckt eigentlich hinter “Appetit auf Zukunft 2.0”?

Wir finden: Zukunft beginnt im Alltag.
Beim Einkauf. Beim Kochen. Beim gemeinsamen Essen. Beim Reparieren, Wiederverwenden und Weitergeben von Wissen. Mit “Appetit auf Zukunft 2.0” möchten wir zeigen, dass Regionalität, Nachhaltigkeit und bewusster Umgang mit unseren Ressourcen nicht kompliziert sein müssen. Oft sind es die kleinen Ideen, die den Unterschied machen.

Du hast eine Idee?

Du möchtest einen Workshop anbieten, hast einen regionalen Tipp oder kennst jemanden, dessen Wissen unbedingt weitergegeben werden sollte? Dann melde dich bei uns!

Kontakt
Regionalentwicklungsverband
Eferdinger Land
“Appetit auf Zukunft 2.0“
Linzer Straße 4, 4070 Eferding

07272 / 69 7 99
office@regef.at

www.eferdingerland.at
www.eferdingerland.at/akademie
www.facebook.com/eferdingerland
www.instagram.com/eferdingerland

Anmeldung
für Workshops
bis 7 Tage vor Kursbeginn
unter office@regef.at oder
07272 / 69 7 99

Folge uns in den sozialen Netzwerken: “Eferdinger Land”

MENU DI SARDEGNA – ANDIAMO IN COSTA SMERALDA

Freitag, 23.10.2026, 16 - 20 Uhr

Hol dir ein Stück Sardinien nach Hause und lass dich von den Düften, Aromen und traditionellen Rezepten der Mittelmeerinsel verzaubern.

Gemeinsam mit Maria Giovanna Puggioni Wintersberger genießt du einen kulinarischen Abend voller mediterraner Genüsse.
Je nach Saison und Verfügbarkeit der Zutaten bereitest du eine Auswahl typischer sardischer Spezialitäten zu. Freu dich auf hausgemachte Pasta, herzhafte Fisch- und Fleischgerichte sowie köstliche Desserts – authentisch, abwechslungsreich und mit viel Liebe zur sardischen Kochtradition zubereitet.

Kursbeitrag: € 45,00 / Person
Inklusive Lebensmittel, Getränke und Rezeptheft

Referentin: Maria Giovanna Puggioni-Wintersberger
Die sardische Gastronomin Maria bringt ihre kulinarische Erfahrung aus Italien, Frankreich und Spanien mit – und teilt ihre Liebe zur mediterranen Küche mit viel Herz und Know-how.

Knuspriges Gebäck – selbst gebacken

Samstag, 7.11.2026, 9 - 13 Uhr

Wie entstehen knusprige Salzstangerl, Mohnflesserl & Co.?
In diesem Backkurs zeigt dir Bäckermeister Kevin Lichtenauer, wie du mit einem aromatischen Vorteig köstliches Gebäck selbst herstellen kannst.

Du lernst die Grundlagen der Teigzubereitung, erhältst wertvolle Tipps zur Teigführung und erfährst, worauf es beim Formen und Backen ankommt. Gemeinsam werden unter anderem Mohnflesserl und Salzstangerl hergestellt. Je nach Verlauf und Interesse können natürlich auch noch weitere Gebäckvarianten ausprobiert werden. Auch die Möglichkeit einer Übernachtgare im Kühlschrank wird thematisiert – für besonders aromatisches und knuspriges Gebäck, das sich flexibel in den Alltag integrieren lässt.

Freu dich auf praktisches Backwissen, viele Tipps vom Profi und natürlich jede Menge köstliches, selbstgebackenes Gebäck zum Genießen!

Kursbeitrag: € 50,00 / Person
Inklusive Lebensmittel und Rezeptheft

Referent: Kevin Lichtenauer - Der Bäcker aus Leidenschaft.
Nach vielen Jahren im Handwerk – vom Backstubenleiter bis zum Ausbilder – erfüllte sich Kevin Lichtenauer 2018 mit dem Meistertitel einen großen Traum. 2022 wagte er den Schritt in die Selbstständigkeit. Heute führt er seine Bäckerei Zweikorn in Fraham, die vor Begeisterung und Wachstum fast aus allen Nähten platzt.

RAMEN

JAPANISCHE NUDELSUPPE

Montag, 30.11.2026, 18 - 21 Uhr

Ramen selbst zubereiten und dabei die Vielfalt der japanischen Küche kennenlernen: In diesem Kochkurs werden zwei unterschiedliche Ramen-Varianten gemeinsam gekocht – von der würzigen Brühe bis zu den passenden Toppings.

Gemeinsam werden Shoyu Ramen sowie eine cremige Miso-Peanut-Ramen mit Sojamilch oder Milch zubereitet – auf Wunsch auch in einer spicy Variante. Dabei geht es nicht nur um die Suppe selbst: Du lernst auch, wie die verschiedenen Toppings vorbereitet und richtig mariniert werden. Auf dem Programm stehen unter anderem Chashu (Schweinefleisch), Shoyu-Eier, marinierte Shiitake-Pilze und mariniertes Hühnerfleisch. So entsteht am Ende eine perfekt abgestimmte Ramen-Bowl mit vielen verschiedenen Aromen und Texturen.
Freu dich auf einen genussvollen Kochkurs, viele praktische Tipps und natürlich jede Menge selbstgemachte Ramen!

Kursbeitrag: € 50,00 / Person
Inklusive Lebensmittel und Rezeptheft

Referentin: Joana Toshimi - Jokokoro
„Ich bin in Lima, Peru, als Kind von japanischen Eltern geboren. Mit siebzehn Jahren bin ich nach Japan ausgewandert. Acht Jahre habe ich in Tokio gelebt, bis ich mich dann in Österreich verliebt habe. Meine Mutter ist eine ausgezeichnete Köchin, von ihr habe ich die Begeisterung und die Leidenschaft fürs Kochen bekommen. Mit Jokokoro habe ich mein Hobby als reisende Köchin zum Beruf gemacht. Mein Lebensmotto: „Never give up, follow your heart and always with a big smile on your face“.

SMART MEAL PREP
REGIONAL & GESUND

Mittwoch, 9.12.2026, 18 - 21 Uhr

Mealprep kann mehr sein als Vorkochen für die ganze Woche! Gemeinsam mit Lisi Haberfellner zeigen wir, wie sich regionale und saisonale Zutaten kreativ, gesund und alltagstauglich zubereiten lassen.
Nach einem kleinen Besuch bei Efi geht es ans Schnippeln, Kochen und Ausprobieren. Dabei entstehen Gerichte, die sich gut vorbereiten lassen, vielseitig einsetzbar sind und auch am nächsten Tag noch für Abwechslung auf dem Teller sorgen.
Im Mittelpunkt stehen diesmal praktische Mealprep-Ideen, die sich flexibel abwandeln und miteinander kombinieren lassen – vielleicht darf dabei auch der eine oder andere Knödel neu interpretiert werden. Welche Gerichte genau auf den Tisch kommen, entscheiden wir passend zur Saison und zu den verfügbaren regionalen Zutaten.

Freu dich auf einfache Ideen für den Alltag, wertvolle Tipps rund um regionale und saisonale Lebensmittel und natürlich auf gemeinsames Kochen, Probieren und Genießen!

Kursbeitrag: € 35,00 / Person
Inklusive Lebensmittel, Getränke und Rezeptheft

Referentin: Lisi Haberfellner
Hallo! Ich bin‘s… Lisi aus Michaelnbach!
Mit der richtigen Mischung aus Leidenschaft, Liebe und ein bisschen fluchen backe und koche ich tagtäglich für meine Familie und Arbeitskolleg:innen gesunde, überwiegend vegetarische Gerichte. Besonders wichtig beim Kochen und Backen sind mir Regionalität und Saisonalität, daher versuche ich den Großteil selbst anzubauen, viel einzukochen oder einzulegen und der Rest wird bei den umliegenden Landwirt:innen oder bei EFI bezogen. Als diplomierte Gesundheits- und Krankenschwester sowie diplomierte Gesundheits- und Ernährungspädagogin begleite ich Erwachsene und Kinder dabei, ihre Ernährung gesund, alltagstauglich und nachhaltig zu gestalten.

Natale in Italia – Weihnachtliche Genüsse aus Italien

Samstag, 19.12.2026, 10 - 14 Uhr

Hol dir ein Stück italienische Weihnachtsstimmung in die Küche und lass dich von den traditionellen Aromen und Düften Italiens verzaubern.

Gemeinsam entdecken wir die Vielfalt der italienischen Festtagsküche und bereiten typische Gerichte zu, die rund um Weihnachten in italienischen Familien auf den Tisch kommen. Von herzhaften Spezialitäten bis zu süßen Köstlichkeiten – dieser Kochkurs lädt dich ein, die kulinarischen Traditionen Italiens kennenzulernen und ein Stück „Dolce Vita“ zu genießen.

Freu dich auf einen genussvollen Abend, neue Inspirationen und viele Tipps für deine eigene Weihnachtsküche.

Kursbeitrag: € 45,00 / Person
Inklusive Lebensmittel, Getränke und Rezeptheft

Referentin: Maria Giovanna Puggioni-Wintersberger
Die sardische Gastronomin Maria bringt ihre kulinarische Erfahrung aus Italien, Frankreich und Spanien mit – und teilt ihre Liebe zur mediterranen Küche mit viel Herz und Know-how.

Anmeldung

Bei allen Workshops ist eine Anmeldung unbedingt erforderlich!

Bis 7 Tage vor Kursbeginn unter office@regef.at oder 07272 / 69 7 99

Kochen mit Freunden

Möchtet ihr als Gruppe einen Workshop zu einem individuellen Termin buchen? Egal, ob mit eurem Team, für einen Lehrlings-Workshop oder mit Freunden und Kollegen – wir freuen uns auf eure Anfrage!

Sende uns bitte eine kurze E-Mail an office@regef.at mit eurem Wunschtermin, der Anzahl der Teilnehmer:innen und euren Kontaktdaten. Wir erstellen euch gerne ein passendes Angebot!

Kochen mit den Seminarbäuerinnen

IN DER EFERDINGER LAND AKADEMIE

Seminarbäuerinnen geben mit Leidenschaft und Begeisterung ihre Erfahrungen im Bereich Kochen und Backen mit regionalen Lebensmitteln weiter.

Ihr Wissen wächst.
LFI Eferding Grieskirchen Wels | ooe.lfi.at

Ländliches Fortbildungs Institut

Gemüse fermentieren

Sauerkraut, Kimchi & Co selber machen

Gemüse durch Milchsäuregärung haltbar zu machen ist unkompliziert, natürlich und in jedem Haushalt sofort umsetzbar. Das Grundrezept ist einfach: Gemüse + Salz + Zeit. Wie es genau geht, welche Gemüsesorten geeignet sind, welche Gefäße, Gewürze etc. verwendet werden, erfahren Sie in diesem Do-it-yourself-Fermentationsseminar. Gemeinsam mit der Seminarbäuerin wird gehobelt, gesalzen und gestampft. Lebensmittelkosten werden bei der Veranstaltung bar kassiert. Zum Kurs mitzubringen: 1-2 Gläser 0,125 l, 2 Gläser 0,25 l, 4 Gläser 0,5 bis 0,75 l (Schraubverschlussgläser, Weckgläser etc.) und einen stabilen Korb/Kiste zum reinstellen (Hinweis: Der genaue Gläserbedarf kann je Kurs variieren.)

Seminartermin
21.10.26, 18:30 - 21:30
3 Unterrichtseinheiten

Seminarort
Haus Eferdinger Land
Linzer Straße 4
4070 Eferding
07272/69799

Kursbeitrag
€ 45,- (exkl. Lebensmittelkosten)

Trainer:in
Zäzilia Neubauer

Anmeldung
bis spätestens 11.10.2026
LFI-Kursnummer: 3329/436
beim LFI Kundenservice:
050/6902-1500
info@lfi-ooe.at
ooe.lfi.at
Geschäftsbedingungen: ooe.lfi.at/agb

Mit Unterstützung von Bund, Land und Europäischer Union

Bundesministerium Land- und Forstwirtschaft, Klima- und Umweltschutz, Regionen und Wasserwirtschaft

WIR leben Land
Gemeinsame Agrarpolitik Österreich

LAND OBERÖSTERREICH

Kofinanziert von der Europäischen Union

Kekse & selbstgemachte kleine Naschereien

Von traditionell bis modern & perfekt für jeden Anlass!

Selbstgebackene Leckereien sind nicht nur zur Weihnachtszeit ein Highlight. Die süßen Glücksbringer zum Verlieben schmecken das ganze Jahr über und zu fast jedem Anlass.
Ob als kleiner süßer Kick zwischendurch, einfach als Mini-Gustostückerl zum Kaffee, als Mitbringsel oder für Feste & Feiern - sie schmecken eigentlich immer. Neben Tipps aus der Backstube gibt es erprobte Rezepte mit vielen Variationen von traditionell bis modern. In diesem praktischen Kurs wird gemeinsam geknetet, geformt, ausgestochen, gebacken, verziert und natürlich auch gleich genascht. Denn Backen macht glücklich und nicht umsonst heißt es: Kekse sind aus Teig geformte Liebe!
Lebensmittelkosten werden bei der Veranstaltung bar kassiert.

Seminartermin
13.11.26, 18:30 - 21:30
3 Unterrichtseinheiten

Seminarort
Haus Eferdinger Land
Linzer Straße 4
4070 Eferding
07272/69799

Kursbeitrag
€ 45,- (exkl. Lebensmittelkosten)

Trainer:in
Monika Selinger

Anmeldung
bis spätestens 03.11.2026
LFI-Kursnummer: 3367/281
beim LFI Kundenservice:
050/6902-1500
info@lfi-ooe.at
ooe.lfi.at
Geschäftsbedingungen: ooe.lfi.at/agb

Mit Unterstützung von Bund, Land und Europäischer Union

Bundesministerium Land- und Forstwirtschaft, Klima- und Umweltschutz, Regionen und Wasserwirtschaft

WIR leben Land – Gemeinsame Agrarpolitik Österreich

LAND OBERÖSTERREICH

Kofinanziert von der Europäischen Union

Ihr Wissen wächst.
LFI Eferding Grieskirchen Wels | ooe.lfi.at

Ländliches Fortbildungs Institut LFI

Wurstwerkstatt

Einfache Fleischspezialitäten selber machen

Hausgemachte Bratwürstl, rustikale Leberpastete oder würziges Rillettes im Glas, der Do-it-yourself Trend ist auch im Fleischbereich angekommen. In diesem Praxiskurs zeigen erfahrene Seminarbäuerinnen, wie Sie Ihre Küche daheim, ohne viel Spezialgerätschaften, zur Mini-Wurst-Manufaktur verwandeln können.
Auf dem Programm stehen einfache Brat- und Brühwürste mit zahlreichen Variations- und Würzmöglichkeiten, sowie Fleisch-spezialitäten im Glas. Sie lernen Techniken zum Brät herstellen, zum Wurst füllen, bekommst Tipps zum Würzen und Variieren verschiedener Fleischarten u.v.m. Regionale Zutaten, Handwerk, erprobte Rezepte und Geschmack sind die Zutaten für dieses Seminar.
Lebensmittelkosten werden bei der Veranstaltung bar kassiert.

Seminartermin
23.11.26, 18:30 - 21:30
3 Unterrichtseinheiten

Seminarort
Haus Eferdinger Land
Linzer Straße 4
4070 Eferding
07272/69799

Kursbeitrag
€ 45,- (exkl. Lebensmittelkosten)

Trainer:in
Zäzilia Neubauer

Anmeldung
bis spätestens 13.11.2026
LFI-Kursnummer: 3220/133
beim LFI Kundenservice:
050/6902-1500
info@lfi-ooe.at
ooe.lfi.at
Geschäftsbedingungen: ooe.lfi.at/agb

Mit Unterstützung von Bund, Land und Europäischer Union

Bundesministerium Land- und Forstwirtschaft, Klima- und Umweltschutz, Regionen und Wasserwirtschaft
WIR leben Land – Gemeinsame Agrarpolitik Österreich
LAND OBERÖSTERREICH
Kofinanziert von der Europäischen Union

Ihr Wissen wächst.
LFI Eferding Grieskirchen Wels | ooe.lfi.at

Ländliches Fortbildungs Institut LFI

Vegetarisches aus Wok, Pfanne und Topf! - genial, vital, regional

Lust auf schnelle, vegetarische Pfannen-, Wok- und One-Pot-Gerichte?
Sie lieben es, unkompliziert zu kochen, dabei aber trotzdem nachhaltig & frisch?
Dann haben wir genau den richtigen Kochkurs.
Wir setzen regionale Zutaten wie Gemüse und Hülsenfrüchte mit kreativen Rezepten und Gewürzen perfekt in Szene. In Wok, Pfanne und Topf verschmelzen unsere regionalen Zutaten mit Rezeptinspirationen und Gewürzen zu köstlichen vegetarischen Gerichten. Unser Motto: Kulinarische P(f)annenhilfe für jeden vegetarischen Geschmack! Lebensmittelkosten werden bei der Veranstaltung bar kassiert. Hinweis: Die Inhalte bleiben wie im regulären Kurs, es wird jedoch nur mit vegetarischen Rezepten gearbeitet.

Seminartermin
25.01.27, 18:30 - 21:30
3 Unterrichtseinheiten

Seminarort
Haus Eferdinger Land
Linzer Straße 4
4070 Eferding
07272/69799

Kursbeitrag
€ 45,- (exkl. Lebensmittelkosten)

Trainer:in
Zäzilia Neubauer

Anmeldung
bis spätestens 15.01.2027
LFI-Kursnummer: 3242/9
beim LFI Kundenservice:
050/6902-1500
info@lfi-ooe.at
ooe.lfi.at
Geschäftsbedingungen: ooe.lfi.at/agb

Mit Unterstützung von Bund, Land und Europäischer Union

Bundesministerium Land- und Forstwirtschaft, Klima- und Umweltschutz, Regionen und Wasserwirtschaft

WIR leben Land – Gemeinsame Agrarpolitik Österreich

LAND OBERÖSTERREICH

Kofinanziert von der Europäischen Union

Ländliches Fortbildungs Institut LFI

Brot & Gebäck aus dem eigenen Backofen

Mit gelingsicheren Rezepten großartige Brote selber machen

Außen knusprig, innen locker und luftig, würzig-aromatisch oder fein im Geschmack, dunkel oder hell, aus Roggen oder Weizen, mit alten Getreidesorten oder handelsüblichen Mehlen, mit Sauerteig oder Hefe? Fragen, die sich alle stellen, die Brot im eigenen Backofen backen wollen.
Gemeinsam wird geknetet, geformt, gebacken und natürlich verkostet. Unsere Seminarbäuerinnen vermitteln die Basics des Brotbackens und zeigen, dass Sauerteig machen keine Hexerei ist.
Natürlich liefern sie viele gelingsichere Rezepte, verraten bewährte Techniken und die besten Tipps für zahlreiche Brotvariationen. Ob Anfänger:in, Selbermacher:in oder backbegeisterte Teenies und Oldies – hier sind alle willkommen. Lebensmittelkosten werden bei der Veranstaltung bar kassiert.

Seminartermin
27.01.27, 18:30 - 21:30
3 Unterrichtseinheiten

Seminarort
Haus Eferdinger Land
Linzer Straße 4
4070 Eferding
07272/69799

Kursbeitrag
€ 45,- (exkl. Lebensmittelkosten)

Trainer:in
Daniela Huspek

Anmeldung
bis spätestens 17.01.2027
LFI-Kursnummer: 3230/174
beim LFI Kundenservice:
050/6902-1500
info@lfi-ooe.at
ooe.lfi.at
Geschäftsbedingungen: ooe.lfi.at/agb

Mit Unterstützung von Bund, Land und Europäischer Union

Bundesministerium Land- und Forstwirtschaft, Klima- und Umweltschutz, Regionen und Wasserwirtschaft

WIR leben Land
Gemeinsame Agrarpolitik Österreich

LAND OBERÖSTERREICH

Kofinanziert von der Europäischen Union

Kreative Burger-Welt

Mach dir deinen Selfmade-Burger, wie er dir gefällt!

Die Welt der Burger ist kreativ, vielfältig, bunt – und unglaublich lecker. Entgegen dem Ruf von ungesundem Fastfood – zaubern wir in diesem Praxiskurs eine bunte Vielfalt an hochwertigen Burgern mit regionalen Zutaten.
Wir backen Burger-Buns von buttrig-soft bis fluffig-kross, wir zaubern saftige Patties als vegetarische Variante & natürlich auch als herzhafte für Fleischtiger. Abgerundet werden die Burger-Kreationen mit unwiderstehlichen Saucen & knackigen Toppings. Ein Praxiskurs pur, denn alles wird gemeinsam vor Ort frisch zubereitet, nach Lust und Laune kombiniert und zusammengebaut und natürlich auch verkostet. Freuen Sie sich auf köstliche Kostproben, jede Menge Tipps & Tricks und erprobte Rezepte. Lebensmittelkosten werden bei der Veranstaltung bar kassiert.

Seminartermin
01.02.27, 18:30 - 21:30
3 Unterrichtseinheiten

Seminarort
Haus Eferdinger Land
Linzer Straße 4
4070 Eferding
07272/69799

Kursbeitrag
€ 45,- (exkl. Lebensmittelkosten)

Trainer:in
Zäzilia Neubauer

Anmeldung
bis spätestens 22.01.2027
LFI-Kursnummer: 3235/98
beim LFI Kundenservice:
050/6902-1500
info@lfi-ooe.at
ooe.lfi.at
Geschäftsbedingungen: ooe.lfi.at/agb

Mit Unterstützung von Bund, Land und Europäischer Union

Bundesministerium Land- und Forstwirtschaft, Klima- und Umweltschutz, Regionen und Wasserwirtschaft

WIR leben Land – Gemeinsame Agrarpolitik Österreich

LAND OBERÖSTERREICH

Kofinanziert von der Europäischen Union

Schon Oma wusste...

Hagebutten - das Superfood vor der Haustür

Bevor exotische Superfoods unsere Küchen eroberten, wuchs eines der vitaminreichsten Herbstgeschenke direkt am Wegesrand: die Hagebutte.
Unsere Großeltern sammelten die leuchtend roten Früchte im Herbst und machten daraus Tee, Mus oder Marmelade. Heute geraten sie oft in Vergessenheit – dabei stecken sie voller Geschmack und guter Inhaltsstoffe.

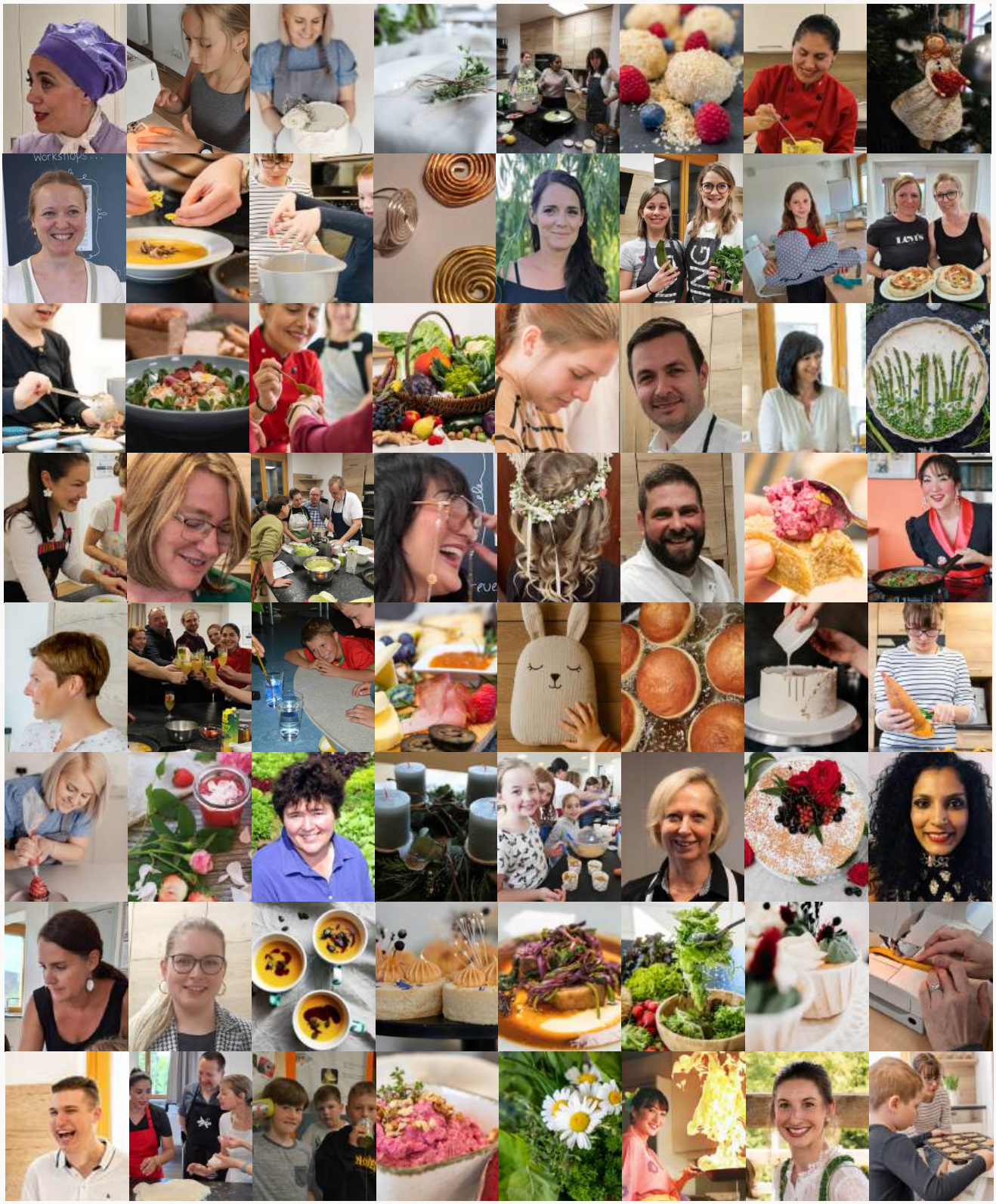
Schon gewusst?

- Hagebutten gehören zu den Vitamin-C-reichsten heimischen Früchten.
- Sie enthalten außerdem Ballaststoffe und sekundäre Pflanzenstoffe.
- Gesammelt wird am besten im September und Oktober – nach dem ersten Frost werden sie besonders aromatisch.

Appetit auf Zukunft 2.0

REGIONAL GENIESSEN. WISSEN TEILEN.
RESSOURCEN WERTSCHÄTZEN

VON MENSCHEN. FÜR MENSCHEN. ÜBER DAS, WAS UNS VERBINDET.



DENN ZUKUNFT BEGINNT DORT, WO MENSCHEN ZUSAMMENKOMMEN.