

Glutenfreies Backen

DATUM 20.09.2025
ZEIT 1 x Sa 09:00 - 13:00
ORT Schulhaus Rubiswil B,
Rubiswilstrasse, 6438 Ibach,
Schulküche B_3.05

KURSNUMMER

252-1145

KURSLEITUNG

Regula Klinger-Graf, Beat Styger

BESCHREIBUNG

Lernen Sie, wie man auf einfache Weise glutenfreie Brötchen oder Brot backt oder einen Strudelteig herstellt. Wir zeigen Ihnen Tricks und Tipps für die Zubereitung von glutenfreien Teigen, damit Sie zu Hause selber feine Backwaren herstellen können. Wir helfen Ihnen dabei, die scheinbar grosse Hürde beim Herstellen von glutenfreiem Brot zu nehmen. Neben dem Backen beantworten wir auch Fragen zur glutenfreien Ernährung, zur Deklaration oder generell zur Herstellung von glutenfreien Lebensmitteln. Zum Abschluss essen wir zusammen selbstgemachte Pizza, natürlich glutenfrei. Sie erhalten auch eine Rezeptbroschüre, um zu Hause alles nachkochen zu können.

Gerne können konkrete Beispiele mitgenommen werden (Deklarationsbeispiele von Lebensmittelverpackungen oder Fragen), damit diese am Kursabend direkt anhand der Beispiele besprochen werden können. Kursleitung: Regula Klinger-Graf, Ernährungsberaterin SVDE, CAS Nahrungsmittelallergien und -Intoleranzen Beat Styger, Dipl. Ing. FH Lebensmitteltechnologie.

Der Kurs wird in Partnerschaft mit der IG Zöliakie der Deutschen Schweiz angeboten.

KURSZIEL

Eigene glutenfreie Teige und Backwaren herstellen können

KOSTEN

KURSPREIS

CHF 130.00

INFOS ZUM PREIS

für Mitglieder der IGZ 100 Fr.

WEITERE INFORMATIONEN

MITBRINGEN

Schürze, Alufolie/Klarsichtfolie für selbstgemachte Produkte. Evtl. Kühltäschli mit Kühlelement, Schreibzeug, Schreibblock

HINWEIS

Der Kurs findet mit ausschliesslich glutenfreien Produkten statt. Bitte melden Sie zusätzliche spezifische Unverträglichkeiten und Allergien bei der Anmeldung.

DATEN

Sa 20.09.2025 09:00 - 13:00



Verein FFS Erwachsenenbildung
Laubstrasse 4 · 6430 Schwyz
T 041 811 67 81 · eb@ffs-schwyz.ch

ffs-schwyz.ch/eb