Biedrība “Latvijas Sarkanais Krusts” aicina uz meistarklasi

VESELĪGS UZTURS - DĀRZEŅU FERMENTĒŠANA

Aicinam uz praktisku un garšīgu meistarklasi, kur iepazīsim dārzeņu fermentēšanas pasauli!
Dārzeņu fermentēšanas meistarklase
Praktiska un izzinoša meistarklase par dārzeņu fermentēšanu un probiotisku produktu nozīmi ikdienas uzturā. Dalībnieki iepazīs fermentēšanas pamatprincipus, degustēs dažādus gatavus fermentētus produktus un praktiski pagatavos savu fermentēto dārzeņu porciju.
Meistarklases mērķis ir veicināt veselīga dzīvesveida paradumus, parādot vienkāršus un garšīgus veidus, kā probiotiskus un fermentētus produktus iekļaut ikdienas ēdienkartē.



Kad: 14.10.2026.
Laiks: 12.30
Kur: Skolas iela 4, Ikšķile, Ikšķiles bibliotēkas telpās.
Dalība- bez maksas

Plānotais meistarklases laiks :2h

pieteikšanās pa tālruni: 29266059

Projekts “Cilvēcības tilts” tiek realizēts ar Ogres novada pašvaldības finansējumu