

Kui sind huvitab tervislik toitumine, kui sa ei talu piimatooteid, kui sa tahad ise väga soodsalt ökotoitu valmistada? Kuidas saad ise valmistada taimset piima näiteks riisist, kaerast, sojast või mandlitest? Geneetiliselt muundatud soja? Kõikidele nendele ja paljudele teistele küsimustele leiad vastuse, kui tuled teisipäeval 5 aprillil kell **huvitavale**

Soja ja teiste taimsete toodete

TEABEPÄEVALE : Kuidas valmistada ise kodus soodsalt sojapiima ja teisi taimseid piimasid.(riisipiim, mandlipiim). Kuidas teha sojapiimast kohupiima? Mis asi on okara ja kuidas seda kasutada? Kuidas valmistada ise tofut ja jogurtit?

Üritus algab kell 18,00 kestab ca 20.30

**Rakveres, aadressil Laada 3a Biore tervisestudios. See on maja kus asus möödunud aegadel perekonnaseisuamet:)
If kindlustus jne.**

Ps. Osalustasu on 7€. Kohtade arv piiratud ja kõhu saab kenasti erinevatest uskumatult maitsvatest hõrgutistest täis. Palume etteregistreerumist 5544348 Mare Laeks ja 51937373 Helina Lakk

Sind ootab toimekas toimkond! Ära maga maha!

Läbiviija Merike Tärk