



# VORTRÄGE u. KURSE

**Gesundheits-  
Sozial- und  
Beratungs-  
Zentrum**

**PARSCHLUG**

## „GESUNDE REZEPTE“

**... aus Parschlug ... Rezepte-Tauschbörse!**

... gesunde Ernährung nimmt in der heutigen Zeit einen immer größeren Stellenwert ein.

Da der Phantasie bei den „**gesunden Rezepten**“ keine Grenzen gesetzt sind, haben wir uns dazu entschlossen, ab sofort im Gemeindeamt eine Tauschbörse für diese „gesunden Rezepte“ einzurichten!

Wir laden Sie daher herzlichst ein, Ihre Rezepte zu diesem Thema auch anderen GemeindebürgerInnen zugänglich zu machen und im Gemeindeamt abzugeben!

Diese Rezepte werden von uns gesammelt und sind allen GemeindebürgerInnen jederzeit auf den dafür im Gemeindeamt Parschlug gestalteten Pinwänden sowie auf unserer Homepage [www.parschlug.at](http://www.parschlug.at) zugänglich!

Aus allen abgegebenen Rezepten wird jeden Monat das „**Rezept des Monats**“ gezogen, für das es auch kleine Preise zu gewinnen gibt!



**Wir freuen uns auf Ihre zahlreiche Teilnahme!**

Für das GSBZ Parschlug:

*Maria Elisabeth Posch*

(Vbgm. Maria Elisabeth Posch)

*Kichererbsen-LÄPPCHEN  
... die Kichererbsen über Nacht  
in Wasser einweichen und  
nächsten Tag ca. 20  
Minuten kochen und an  
Linsen, Petersilien und  
andere Gemüse  
und in weisse ÖL auf  
Zugabe von Salz und Pfeffer*



Gesundheit für die Steiermark!