

# GOOD GREEN FOOD

buche deinen privaten  
fermentations workshop!

Du möchtest deinen eigenen privaten Workshop buchen und deine Fermente, die du zubereiten möchtest, selbst auswählen? Du hast bereits 4-12 Freund\*innen, Arbeitskolleg\*innen, Nachbarn oder Bekannte, die mitmachen möchten? Wunderbar! Ich komme zu dir nach Hause - mit allem Equipment wie Gemüse, Gläser, Messer & Schüsseln etc & du musst dich um nichts mehr kümmern - außer deiner gewünschten Getränke. Ein Workshop dauert 3,5h (4h mit Vor- & Nachbereitung) und kann auch ohne Vorkenntnisse gebucht werden. Ob Firmenevent, Teambuilding, Freundesgruppe, Geburtstagsfeier & Familienfest oder Junggesell\*innenabschied - ein wunderbares Workshopangebot zur Haltbarmachung von Biogemüse & gesundheitlichem Benefit für deine Darmgesundheit!

## Location

Wenn du einen Kurs bei dir zu Hause hosten möchtest, ist lediglich ein großzügiger Tisch & eine Küche mit Waschbecken nötig (kein Kochfeld). Nicht aus Mainz? Ich komme auch zu dir - ob München, Augsburg, Frankfurt, Wiesbaden, Darmstadt oder Stuttgart - schreib mich an! Ihr seid bereits eine Gruppe, aber deine Küche oder das Wohnzimmer ist zu klein? Kein Problem, ich kümmere mich um eine Location!

## Fermente

Du kannst an einem Workshop unterschiedliche Kombinationen wählen, die ihr zubereiten möchtet. 2 Inhalte können gewählt werden:

- Sauerkraut/Gemüse in Bioqualität (Rote Bete, Karotten, Kohl, Kohlrabi & saisonales Gemüse (1 Glas)
- Kimchi (bio & vegan) (1 Glas)
- Kombucha (fermentierter Grüntee) (Tasting & Starterglas)

Bei allen Kursen bringen ich verschiedene Fermente für ein Tasting mit. Jeder Kurs baut sich in Theorie & Praxis auf und wird durch eine gemeinsame Whatsapp Gruppe nachbetreut.

## Kosten

Bei dir zu Hause:

- 75€ p.P.\*
- + Anfahrt

für dich gemietete Location:

- 85€ p.P. \*
- + Anfahrt

\* Mindestteilnehmerzahl & Kosten variieren je nach Location & Anfahrtsweg



# Workshops für Fermentation

buche deinen privaten Fermentations Kurs und entscheide selbst,  
was ihr fermentieren möchtet!



**GOOD GREEN FOOD**  
workshops & fermentation

# Workshops für Fermentation

buche deinen privaten Fermentations Kurs und entscheide selbst,  
was ihr fermentieren möchtet!

## Workshopanfrage

### Deine Anschrift

Name \_\_\_\_\_  
Anschrift \_\_\_\_\_  
Telefonnummer \_\_\_\_\_  
Mail \_\_\_\_\_

### Teilnehmer\*innen

Anzahl der Kursteilnehmer\*innen: \_\_\_\_\_  
4-12 Teilnehmer\*innen, je nach Location & Anfahrt

### Ort

wo soll der Kurs stattfinden?  
 in Mainz  
 Mainz +50km, Wiesbaden, Frankfurt, Darmstadt)  
 \_\_\_\_\_

### Location

ich stelle meine eigene Location  
 ich möchte den Kurs in einer externen Location buchen

### Fermente

2 Fermente zur Auswahl / 3.5h Kurs  
 Sauerkraut/Gemüse in Bioqualität (Rote Bete, Karotten, Kohl, Kohlrabi & saisonales Gemüse (1 Glas)  
 Kimchi (bio & vegan) (1 Glas)  
 Kombucha (fermentierter Grüntee) (Tasting & Starterglas)

### Uhrzeit & Termine

wann soll der Kurs stattfinden?  
 Mittags zwischen 11-17 Uhr  
 Abends zwischen 18-23 Uhr  
deine Wunschzeit: \_\_\_\_\_  
deine Terminvorschläge: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

### Kosten

ich lasse dir nach deiner Anfrage gerne ein Angebot zukommen!

Bei Fragen melde dich gerne.  
Ich freue mich!  
Marietta



Marietta Scheider  
Good Green Food  
hallo@goodgreenfood.de  
www.goodgreenfood.de  
phone: 0176 / 26279239