

## Online-Backkurs

# «Sauerteigherstellung»

Die typische Zutat „Sauerteig“ gelingt in glutenfreier Form bestens und stellt eine delikate Zutat dar! Im Online-Kurs wird der erste Schritt für den Ansatz gemeinsam vorgenommen und alle Arbeitsschritte für die weitere Zubereitung detailliert erläutert. Tanja steht für alle Rückfragen zum Sauerteig die Woche über zur Verfügung, bis der Sauerteigansatz fertig ist. Im Kurs wird zudem erklärt wie der Einsatz von Sauerteig beim Brotbacken erfolgt.

### Kursdatum

Montag, 8. September 2025

### Zeit

18.00 bis ca. 20.00 Uhr

### Kursleitung

Tanja Gruber, lebt schon seit vielen Jahren glutenfrei. Auf ihrer Homepage [rezepte-glutenfrei.de](http://rezepte-glutenfrei.de) gibt es unzählige gf Rezepte zum Nachkochen/-backen.

Einen Platz in einem ihrer Koch-/Backkurse zu bekommen, ist alles andere als einfach.

### Kursort

Online - der Zugangslink wird etwa 2 Wochen vor Kursbeginn per Mail übermittelt.

Technisch benötigst du für die Teilnahme:

- Ein Tablet, Laptop, Notebook oder Smart-TV mit grossem Bildschirm.  
Für bessere Audioqualität am besten noch externe Lautsprecher.
- Eine integrierte oder externe Kamera, um Fragen zu stellen.

### Kosten

- CHF 50 für Mitglieder der IG Zöliakie
- CHF 75 für Nicht-Mitglieder

Jede/r Teilnehmer/in erhält etwa 2 Wochen vor Kursbeginn ein Päckchen mit Rezeptunterlagen

Einer von  
3 exklusiven  
Kursen für  
die Schweiz



*wir freuen uns auf dich*