Erlebnis Pilze - Von der Kappe auf den Teller.

Die Teilnehmenden erhalten einen ganzheitlichen Einblick in die Welt der Pilze – von der nachhaltigen Produktion über ernährungsphysiologische Aspekte bis hin zur praktischen Zubereitung. Ziel ist es, Wissen zu vermitteln, Bewusstsein für hochwertige Lebensmittel zu schaffen und vielfältige Ideen am Kochen mit Pilzen zu wecken.

Inhalte & Ablauf:

1. *Betriebsvorstellung GutBehütet Pilzmanufaktur*
• Einführung in die Philosophie und Arbeitsweise der Pilzmanufaktur
• Einblick in nachhaltige Anbaumethoden und regionale Produktion
• Vorstellung verschiedener Pilzsorten und ihrer Besonderheiten
• Diskussion über Qualität, Saisonalität und Vermarktung

2. *Ernährungsphysiologie von Pilzen*
• Nährstoffprofil: Vitamine, Mineralstoffe und sekundäre Pflanzenstoffe
• Bedeutung von Pilzen in einer ausgewogenen Ernährung
• Gesundheitsfördernde Eigenschaften von Pilzen – aber auch ihre Laster
• Vergleich mit anderen pflanzlichen und tierischen Lebensmitteln

3. *Kochworkshop „Geschmackserlebnis Pilze“*
• Praktische Zubereitung ausgewählter Pilzgerichte abseits von Schwammerlsuppe, Schwammerlsauce und gebackenen Pilzen
• Kombination von Aromen und Texturen
• Tipps zur Lagerung, Verarbeitung und kreativen Nutzung im Alltag

4. *Ergebnisse / Mehrwert:*
• Verständnis für nachhaltige Lebensmittelproduktion
• Wissen über gesundheitlichen Einfluss von Pilzen
• Neue Rezeptideen
• Sensibilisierung für Geschmack, Qualität und Regionalität

© 2026 - lfi.at

Information

Kursdauer:	5 Einheiten
Kursbeitrag:	191,00 € TN-Beitrag 65,00 € TN-Beitrag gefördert gem. LE23-27 Bildungsförderung Ländliche Entwicklung im Rahmen des GAP-Strategieplans Österreich 2023-2027
Fachbereich:	Gesundheit und Ernährung, Dienstleistungen
Zielgruppe:	Ausgebildete Seminarbauern/Seminarbäuerinnen und interessierte Personen

Verfügbare Termine

25.01.2027 09:00, Sankt Stefan im Rosental

Ort	Sankt Stefan im Rosental
Beginn	25.01.2027 09:00
Ende	25.01.2027 14:00
Örtlichkeit	GUT BEHÜTET Pilzmanufaktur im Vulkanland, Reichersdorf 3, 8083 Sankt Stefan im Rosental
Information	Maria Scheucher-Fastl, Tel +43 316 8050 1640, maria.scheucher-fastl@lfi-steiermark.at
Kursnummer	6-0021361
Trainer:in	Michaela Friedl
Veranstalter	LFI Steiermark
Termin 1	25.01.2027, 09:00 - 14:00 Uhr

© 2026 - lfi.at