



## Garantiert frisch und saisongerecht – Landfrauenküche macht Spass

Besuchen Sie [www.landwirtschaft.ch/ernaehrung](http://www.landwirtschaft.ch/ernaehrung)  
und Sie finden

- pro Monat einen Wochen-Menüplan, zusammengestellt von Bäuerinnen und Landfrauen, immer aus einem andern Kanton
- Rezepte mit saisonalen Produkten aus Ihrer Region
- ein Schwerpunktthema aus dem Bereich Ernährung – Gesundheit – einheimische Produktion

Lassen Sie sich überraschen und inspirieren!

Ob Familie mit Kindern, Ein-Personen-Haushalte – ob viel oder wenig Zeit zur Verfügung steht:

Sie finden Tipps und Tricks für Ihre gesunde, ausgewogene Ernährung.

**En Guete**

**Bon appétit**

**Buon appetito**

[www.landwirtschaft.ch/ernaehrung](http://www.landwirtschaft.ch/ernaehrung) - [www.agriculture.ch/alimentation](http://www.agriculture.ch/alimentation) - [www.agricoltura.ch/alimentazione](http://www.agricoltura.ch/alimentazione)