

**Kosten:**  
25€ für VAEM-Mitglieder,  
35€ für Nicht-Mitglieder  
Die Kursgebühr ist am Kurstag bar zu entrichten.

**Anmeldungen:**  
Bitte nur über das beiliegende Anmeldeformular  
per Fax: 09191 / 976628 oder an roth-sandra-vaem@gmx.de.

**Anmeldung:**

Da die Teilnehmerzahl begrenzt ist, werden die Anmeldungen in der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt. Anmeldungen werden nach Erhalt per Mail bestätigt.

Nach Erhalt Ihrer Absage führen wir Sie auf der Warteliste weiter und würden Sie ggf. informieren, falls ein Platz frei wird.

**Rücknahme der Anmeldung:**

Rücknahme der Anmeldung bitte schriftlich per Fax: 09191 / 976628 oder an roth-sandra-vaem@gmx.de. Bitte sind Sie so fair anderen Interessenten gegenüber, dass Sie bei Verhinderung zeitnah absagen.

**Anreise:**

Bei Anreise mit dem Zug steht um 9.45 Uhr ein „Shuttle-Service“ am Pendlerparkplatz Bahnhof Fo für Sie bereit der Sie zum Schneckenhaus fährt.

**Datenschutz:**

Ihre uns übermittelten Daten werden zu Verwaltungszwecken digitalisiert und erscheinen in einer Teilnehmerliste, die die Kursleiterin und die Verantwortlichen von VAEM erhalten.

Während der Veranstaltung werden u. U. Fotoaufnahmen zur Dokumentation der Veranstaltung gemacht. Mit ihrer Anmeldung zur Veranstaltung erklären Sie sich mit der Nutzung des Materials durch den Veranstalter VAEM einverstanden.



**Verein zur Förderung der Allergie- und Endoskopieforschung  
am Menschen e.V.**

Vorsitzende: Sandra Roth, Pautzfelder Straße 7, 91301 Forchheim  
Telefon: 0160/5518323, E-Mail: [roth-sandra-vaem@gmx.de](mailto:roth-sandra-vaem@gmx.de)

# Back- und Kochkurse für Allergiker

**Samstag, 13.10.18  
und  
Samstag, 27.10.18**



**Verein zur Förderung der  
Allergie- und Endoskopieforschung  
am Menschen e.V**

*Kursleiterin:  
Frau Tanja Gruber  
Zöliakie Erkrankt  
aus Herrieden  
Erfolgreiche Buchautorin und  
Back- und Kochkursleiterin*



Frau Tanja Gruber, Tochter eines Müllermeisters, bekam mit 11 Jahren die ersten Beschwerden im Magen- und Darmtrakt. Anschließend hat sie 11 Jahre lang einen Ärztemarathon hinter sich gebracht, bis sie dann mit 22 Jahren (2000) endlich die Diagnose Zöliakie erhielt. Kochen und backen gehörte schon immer zu ihren liebsten Hobbies. Durch die Diagnose Zöliakie musste sie aber vor allem das Backen regelrecht neu erlernen und die Anforderungen der verschiedenen glutenfreien Ersatzprodukte berücksichtigen.

Seit 7 Jahren hält sie erfolgreich Back- und Kochkurse und hat auch schon Back- und Kochbücher auf den Markt gebracht. Außerdem arbeitet sie für verschiedene Glutenfreie-Hersteller im Bereich der Rezeptentwicklung und schreibt leidenschaftlich ihren Food-Blog „Tanjas glutenfreies Kochbuch“.

Seit einiger Zeit hat sie auch einen neuen Food-Blog „FREI VON“. In diesem Blog findet eine große Auswahl an Rezepten frei von: Gluten, glutenfreie Weizenstärke, glutenfreien Hafer, Laktose, Milch, Ei, Soja, Lupine, Mais, Fertigmehlmischungen, Haushaltszucker...

Die Back- und Kochkurse von Frau Gruber sind daher nicht nur für Leute geeignet die sich glutenfrei ernähren müssen, sondern auch für Leute mit anderen Lebensmittelunverträglichkeiten und –allergien.

Wir sind sehr froh, dass wir Frau Gruber als Kursleiterin gewinnen konnten.

**Termine:**  
**Samstag, 13.10.18**  
**und**  
**Samstag, 27.10.18**  
**Uhrzeit: 10.00 – 14.00 Uhr**  
**Ort: KiTa Schneckenhaus,**  
**Sudetenstraße 18a, 91301 Forchheim**

**Kurs 13.10.18:**  
Mohnzopf (Hefeteig),  
Kastanienbrot (Hefeteig),  
Nussecken (Mürbeteig),  
Brandteig,  
Semmelknödel,  
Kaiserschmarrn

**Kurs 27.10.18:**  
Laugenbrezen (Hefeteig),  
Flammkuchen mit Camembert und Feigen,  
Käsekuchen (Quark-Öl-Teig),  
Linzer Torte (Mürbeteig),  
Spätzle,  
Quinoa-Tabbouleh (Salat mit Minze und Mango)

**Bei der Anmeldung bitte unbedingt Ihre Unverträglichkeiten und Allergien angeben, damit Frau Gruber darauf eingehen kann.**