

Kulinarische Weltreise

Dein Sommer-Special



Das erwartet dich!

Komm mit uns auf eine kulinarische Weltreise. Gemeinsam lernen wir die Esskultur verschiedenster Länder und leckere Nationalgerichte kennen. Wir stellen dir in den nächsten 8 Wochen verschiedene kulinarische Regionen vor und zeigen, welche (gesunden) Bestandteile die landestypischen Lebensmittel und Gewürze haben.

Damit du im Anschluss direkt in die traditionelle Küche eintauchen kannst, bekommst du jede Woche ein passendes Rezept an die Hand. Du darfst gespannt sein, wo die Reise überall hingeht.

Einführung in die Kulinarik

Jeden **Dienstag** reisen wir in ein neues Land und du erhältst in einem Kurzvideo Einblicke in die **Kochkunst** des Landes. Darin erfährst du **spannende Infos** über regionale Gerichte, Lebensmittel und Co.

Rezept zum Nachkochen

Um vollends in die Küche des Landes einzutauchen, erhältst du jeden **Donnerstag** ein landestypisches Gericht – als **Rezeptvideo oder Handout** – zum Nachkochen und Genießen.

Besuche den [Gesundheitsblog](#), gib das Passwort **mobilkrankenkasse** ein und entdecke weltweite Küchen!

