

## Radurlaub auf Rezept

Ernährungsberaterin Gruppe 1 am 3.9.18

**Monika Rahimi**

Langer Weg 1

49626 Bippen

Tel.: 05435 3369414

<https://www.ernaehrungsberatung-rahimi.de/>

[m.rahimi@osnanet.de](mailto:m.rahimi@osnanet.de)

Rezepte vom 3.9.18

[Kürbissuppe mit Schoko](#)

[Brötchensonne](#)

[Bunter Blattsalat](#)

[Hähnchenbrust mit Cashewkruste](#)

[Beeren-Espresso-Schichtspeise](#)

Ernährungsberaterin Gruppe 1 am 5.9.18

**Brigitte Kamphaus-Schlenker**

Hermannstraße 4a

49413 Dinklage

Tel.: 04443 5159031

Mobil: 0160 6949433

<https://ernaehrungsberatung-ks.de/>

[info@ernaehrungsberatung-ks.de](mailto:info@ernaehrungsberatung-ks.de)

Rezepte vom 5.9.18

[Haferdrink-Smoothie](#)

[Bulgursalat](#)

[Eisbergsalat mit Erdnüssen](#)

[Grillmarinade für Geflügel](#)

[Backofengemüse mit Kartoffeln](#)

[Kartoffelsalat mit roten Linsen](#)

[Tomaten-Tortellini-Salat](#)

Ernährungsberaterin Gruppe 2

**Sigrid Lömker**

Zuschlag 3

49610 Quakenbrück

Tel.: 05431 93212

<https://www.sigrid-loemker.de/>

[info@sigrid-loemker.de](mailto:info@sigrid-loemker.de)

[Rezepte vom 3.9.18](#)

[Rezepte vom 5.9.18](#)

[Rezepte aus dem Hasetal \(2,77MB\)](#)

[Rezept des Monats](#)

[Sigrids Kochbücher](#)

Kursleiterin PMR Gruppe 1

**Heike Nieske-Baumann**

Von-Bergmann-Straße 5

49610 Quakenbrück

Tel.: 05431 6450

Mobil: 0157 870 422 87

<https://www.meavita-nieske-baumann.com/>

[Mea-Vita@gmx.de](mailto:Mea-Vita@gmx.de)

Kursleiterin PMR Gruppe 2

**Gabriele Prieshof**

Reiseleiterin Hasetal Touristik GmbH

und Naturführerin Terra Vita

**Christiane Achelwilm**

Wulfteer Str. 6 ( " Muttenhus" )

49635 Badbergen

Tel.:

Mobil: 0151 2177 0280

[www.hof-roehsmann.de](http://www.hof-roehsmann.de)

[christiane.achelwilm@gmx.de](mailto:christiane.achelwilm@gmx.de)

Reiseleiter Hasetal Touristik GmbH

**Hermann Kemmlage**

Kolpingstraße 5

49593 Bersebrück

Tel.: 05439 2877

Mobil: 0160 814 685 7

<https://>

[hermannkemmlage@web.de](mailto:hermannkemmlage@web.de)