



ATULYA EAT ART

ayurvedisch. vegetarisch. vegan.

- Kochlehre
- Catering, Feierlichkeiten, Seminare und Firmenevents
- Ernährungscoaching
- Motivationsseminare
- Vor-Ort-Kochen

+49 170 8548492. mail@atulya-eat-art.de. www.atulya-eat-art.de





Was uns nährt.

Atulya Ruth Enzmann. Jahrgang 1955. Lebt in Hamburg.

Was nährt unseren Körper, unsere Seele, unseren Geist?

Diese Frage ist seit 30 Jahren Atulyas Motivation, sich um eine ganzheitliche Lebensführung zu bemühen. Atulya – eine yogische und ayurvedische Lebenskünstlerin in Theorie und Praxis.

Atulyas Essen kommt aus jahrelang praktizierter Kochkunst und großem Erfahrungsschatz in der ayurvedischen und international-vegetarischen Küche. Veganer*innen dürfen sich freuen.

Ihre Vision: einfach und gutes Essen als Grundlage für gesunde und glückliche Menschen in einer beschleunigten modernen Zeit.

Zubereiten mit Liebe. Zutaten von hoher energetischen Qualität durch Frische, saisonalem-regionalem Anbau, heimische Kräuter und Gewürze aus der ayurvedischen Küche. Genießen mit Wohlgefühl – verpackt in köstlich unvergleichbare Geschmackserlebnisse.

In Atulyas Kochkursen, Kochevents, bei Seminaren oder Firmenevents, beim Ernährungcoaching oder in Motivationskursen gibt sie ihr Wissen und ihre Vision mit Begeisterung, Inspiration und Kompetenz weiter. Ihr mobiles Catering kommt da zum Einsatz, wo es um „Gutes Essen“ geht – gute Versorgung und Nahrung.

