

## Kochkurse

### Hinweise für alle Kochkurse:

- Die VHS ist Gast in der Schulküche.
- bitte unterstützen Sie die Kursleiterinnen beim Reinigen der Küche.
  - bitte bringen Sie zwei Geschirrtücher, Schürze, evtl. eigene Messer, Schreibzeug und Behälter für übrig gebliebene Speisen mit.
  - bitte bringen Sie sich Getränke selbst mit, falls gewünscht.
  - Eine Abmeldung ist nur bis 5 Werktage vorm Kurs möglich. Bei kurzfristiger Absage müssen wir leider zur Kursgebühr auch die Umlagelebensmittelkosten berechnen. Siehe AGB.
  - in allen Kochkursen geht es nicht nur um die Zubereitung der Speisen, sondern auch um die gesunde Lebensweise sowie um die Ernährungs- und Lebensmittelkunde.



**Nr. 172071**

### **THAILÄNDISCHE KÜCHE**

Gerichte aus der thailändischen Küche sind leicht, bekömmlich und würzig. In diesem Kurs wird die original Thailändische Küche präsentiert. Richtige Würz-Saucen und Pasten sowie ungewöhnliche Zutaten werden hier erläutert. Lassen Sie sich überraschen.

Zubereitet werden eine Vorspeise, zwei Hauptgerichte und eine Nachspeise.

In der Kursgebühr sind 5.00 € für Lebensmittel enthalten, die übrigen Auslagen (ca. 5.00- bis 7.00 €) werden am Kursabend durch Umlage von den Teilnehmern erhoben.

Bitte beachten: Bei kurzfristiger Absage müssen wir leider zur Kursgebühr auch die Lebensmittelkosten berechnen. Siehe AGB.

Bitte mitbringen: Küchentücher, Schürze, Getränke und Frischhaltebox.

Veraya Keller

**Zeit:** **Donnerstag, 05.10.2017,**  
17:45 - 21:45 Uhr

**Ort:** Haldenberg Realschule, Küche, 2. Stock, Alte Holzhäuser Straße 20

**Dauer:** 1 Termin

**Teilnehmerzahl:** ab 8

**Kosten:** 17.00 €

**Nr. 171081**

## **KOCHEN MIT DEM THERMOMIX IM HERBST**

Sind Sie bereits glückliche Besitzerin von einem Thermomix TM 5 oder TM 31 oder möchten Sie sich den TM 5 gerne genauer anschauen?

Mit diesem Kochkurs erhalten Sie viele Anregungen und eine praktische Anleitung, wie Sie Ihren Thermomix täglich sinnvoll und zeitsparend nutzen können.

Wir werden zusammen ein leckeres Menü zum Thema: **HURRA; DER HERBST IST DA** aus frischen Zutaten zubereiten. Da Sie weitgehend mit naturbelassenen Produkten kochen, bleibt Ihre Ernährung frei von unerwünschten Zusatzstoffen. Sie erleben eine neue Art zu kochen.

Bitte mitbringen: Küchentücher, Schürze, Getränke und einige Frischhalteboxen. Vier Thermomix-Geräte werden für den Kurs benötigt. Geben Sie bitte bei der Anmeldung Bescheid, ob Sie ihr Gerät mitbringen können.

In der Kursgebühr sind 5.00 € für Lebensmittel enthalten, die übrigen Auslagen (ca. 6.00- bis 8.00 €) werden am Kursabend durch Umlage von den Teilnehmern erhoben.

Bitte beachten: Bei kurzfristiger Absage müssen wir leider zur Kursgebühr auch die Lebensmittelkosten berechnen. Siehe AGB.

Ute Jegielka-Schweizer

**Zeit:** **Montag, 16.10.2017,**  
18:00 - 21:45 Uhr  
**Ort:** Haldenberg Realschule, Küche, 2. Stock, Alte Holzhäuser Str. 20  
**Dauer:** 1 Termin  
**Teilnehmerzahl:** ab 8  
**Kosten:** 17.00 €

**Nr. 172055**

## **WEIHNACHTS- UND SILVESTERMENÜ**

Wenn an der Feiertagen viele Gäste kommen, lassen sich fantastische Menüs herstellen, die den Gastgebern helfen, ohne viel Stress (mit rechtzeitiger Vorbereitung) ein festliches Essen zu servieren.

In der Kursgebühr sind keine Kosten für Lebensmittel enthalten, diese werden durch Umlage am Kurstag (ca. 10,- bis 15,- €) von den Teilnehmern erhoben und direkt mit der Dozentin abgerechnet.

Bitte beachten: Bei kurzfristiger Absage müssen wir leider zur Kursgebühr auch die Umlagelebensmittelkosten berechnen. Siehe AGB.

Bitte mitbringen: Geschirrtücher, Schürze und Frischhalteboxen für Reste.

Verena Saur, Hauswirtschaftslehrerin i. R.

**Zeit:** **Samstag, 18.11.2017,**  
09:30 - 14:30 Uhr  
**Ort:** Haldenberg Realschule, Küche, Eingang 2. Stock, Alte Holzhäuser Straße 20  
**Dauer:** 1 Termin  
**Teilnehmerzahl:** ab 8  
**Kosten:** 16.00 €

**Nr. 172056**

## **WEIHNACHTSBÄCKEREI**

**...die bestimmt gelingt!**

Traditionelle und neue Rezepte ermöglichen uns herrliches Weihnachtsgebäck mit nach Hause zu nehmen. 16 Sorten Weihnachtsgebäck.

Sie können mit vollen Gebäckdosen heimfahren!

In der Kursgebühr sind keine Kosten für Lebensmittel enthalten, diese werden durch Umlage am Kurstag (ca. 10,- bis 15,- €) von den Teilnehmern erhoben und direkt mit der Dozentin abgerechnet.

Bitte beachten: Bei kurzfristiger Absage müssen wir leider zur Kursgebühr auch die Umlagelebensmittelkosten berechnen. Siehe AGB.

Bitte mitbringen: Geschirrtücher, Schürze und Gebäckdosen.

Verena Saur, Hauswirtschaftslehrerin i. R.

**Zeit:**

**Samstag, 02.12.2017,**

09:30 - 14:30 Uhr

**Ort:**

Haldenberg Realschule, Küche, Eingang 2. Stock, Alte Holzhäuser Straße 20

**Dauer:**

1 Termin

**Teilnehmerzahl:**

ab 8

**Kosten:**

16.00 €

**Nr. 171082**

## **KOCHEN MIT DEM THERMOMIX ZU WEIHNACHTEN**

Sind Sie bereits glückliche Besitzerin von einem Thermomix TM 5 oder TM 31 oder möchten Sie sich den TM 5 gerne genauer anschauen?

Mit diesem Kochkurs erhalten Sie viele Anregungen und eine praktische Anleitung, wie Sie Ihren Thermomix täglich sinnvoll und zeitsparend nutzen können.

Wir werden zusammen ein leckeres Menü zum Thema: **ES WEIHNACHTET SEHR** aus frischen Zutaten zubereiten. Da Sie weitgehend mit naturbelassenen Produkten kochen, bleibt Ihre Ernährung frei von unerwünschten Zusatzstoffen. Sie erleben eine neue Art zu kochen.

Bitte mitbringen: Küchentücher, Schürze, Getränke und einige Frischhalteboxen. Vier Thermomix-Geräte werden für den Kurs benötigt. Geben Sie bitte bei der Anmeldung Bescheid, ob Sie ihr Gerät mitbringen können.

In der Kursgebühr sind 5.00 € für Lebensmittel enthalten, die übrigen Auslagen (ca. 6.00- bis 8.00 €) werden am Kursabend durch Umlage von den Teilnehmern erhoben.

Bitte beachten: Bei kurzfristiger Absage müssen wir leider zur Kursgebühr auch die Lebensmittelkosten berechnen. Siehe AGB.

Ute Jegielka-Schweizer

**Zeit:**

**Montag, 04.12.2017,**

18:00 - 21:45 Uhr

**Ort:**

Haldenberg Realschule, Küche, 2. Stock, Alte Holzhäuser Str. 20

**Dauer:**

1 Termin

**Teilnehmerzahl:**

ab 8

**Kosten:**

17.00 €

