

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. 191055

GESUND UND LEICHT KOCHEN

Durch eine langfristige Ernährungsumstellung, etwas kohlenhydratreduziert, werden Sie sich wohlfühlen und frisch und aktiv Ihren Alltag meistern.

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, 23.03.2019,**

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. 191056

LADEN SIE ZUM BRUNCH EIN!

An einem Feiertag, einem Geburtstag oder auch einem Sonntagmorgen Gäste einladen und ohne viel Mühe ein reichhaltiges Buffet erstellen. Der Trick ist das Vielerlei und dass sich jeder selbst bedient.

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, 06.04.2019,**

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. 191064

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. 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.

Bitte mitbringen: Küchentücher, Schürze, Getränke und Frischhaltebox.

Veraya Keller

Zeit: **Donnerstag, 23.05.2019,**
17:45 - 21:45 Uhr
Ort: Haldenberg Realschule, Küche, 2. Stock, Alte Holzhäuser Str. 20
Dauer: 1 Termin
Teilnehmerzahl: ab 8
Kosten: 18.00 €

Nr. 191065

THAILÄNDISCHE KÖSTLICHKEITEN SCHNITZEN

In diesem Kurs werden Sie das Schnitzen von Obst und Gemüse, wie Schwan, Blätter, Rosen und andere Blumen erlernen.

Außerdem werden wir noch zwei kalte thailändische Gerichte und eine dekorative Käseplatte herstellen

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.

Bitte mitbringen:

- 2 Besteckmesser
- 1 Küchenmesser
- 1 Apfel
- 1 Salatgurke
- 1 Kohlrabi
- 1 Wasser- oder Honigmelone
- sowie Küchentuch, Schürze, Getränke und Frischhaltebox.

Veraya Keller

Zeit: **Donnerstag, 11.07.2019,**
17:45 - 21:45 Uhr
Ort: Haldenberg Realschule, Küche, 2. Stock, Alte Holzhäuser Str. 20
Dauer: 1 Termin
Teilnehmerzahl: ab 8
Kosten: 18.00 €