



Gesund und lustvoll kochen im Alltag

Kochkurs für Seniorinnen und Senioren

Gemeinsam werden Sie in einem Kompaktkurs an 3 (Wochen-)Tagen feine Gerichte kreieren, die sich sowohl für Alltag- wie Festtage eignen.

Alles nach dem Motto:

«Ausprobieren und Freude am Kochen finden». Wie Sokrates schon sagte:

«Ein gutes Essen bringt gute Leute zusammen!».

Kursdaten	8./9. und 10. Oktober 2024
Kurszeiten	11:00 bis ca. 15:00 Uhr
Ort	Schulküche Sekundarschulhaus Grafstal, Rütelistrasse 1 Bus 657 ab Bahnhof Effretikon. Haltestelle Grafstal Oberdorf
Material	wird zur Verfügung gestellt
Kosten	CHF 150.- inkl. Essen
Kursinhalt	Die Kursteilnehmenden werden befähigt: <ul style="list-style-type: none">- einen Küchenarbeitsplatz funktional einzurichten- einen Ablauf zu planen- Verschiedene Küchentechniken angemessen anzuwenden- Verschiedene Kochvorgänge anzuwenden und zu kennen, worauf es ankommt- Geheimnisse der Würzkunst und Aromagewinnung einzusetzen- Speisen als Gaumenfreuden zu präsentieren
Kursleiterin	Verena Keller Endress, Illnau Fachfrau Ernährung und Verpflegung, Kochlehrerin, (Geniesserin...)
Anmeldung	an admin.lp3@bluewin.ch
Anmeldeschluss:	21. September 2024
