



Kochen mit Insekten: Mi Bugs



Garantierte Durchführung

Beschreibung

Wussten Sie, dass auf der ganzen Welt bereits über zwei Milliarden Menschen Insekten essen? Aufgrund des neuen Lebensmittelrechts befinden sich seit Mai 2017 drei Insektenarten auf dem Speiseplan der Schweizer Bevölkerung: Mehlwürmer, Grillen und Heuschrecken. Insekten sind gesund, nachhaltig und bereichern unseren Speiseplan. Ihr hoher Anteil an Proteinen, ungesättigten Fettsäuren, Mineralstoffen und Vitaminen machen sie ernährungsphysiologisch besonders wertvoll. Lernen Sie in diesem Kochkurs den Umgang mit den neu zugelassenen Mehlwürmern, Grillen und Heuschrecken und zaubern sie damit abwechslungsreiche Gerichte. Das Kochbuch "Köstliche Insekten" im Wert von 29 Franken erhalten Sie im Kurs als Geschenk dazu!

Inhalt

- Nachkochen kreativer Rezepte aus dem Kochbuch "Köstliche Insekten". Die Rezepte reichen dabei von süss bis salzig sowie von Snacks bis zu ganzen Menüs.
- Grundkenntnisse über Zucht, ökologische Aspekte und Nährwerte von Insekten.

Voraussetzung

keine

Zielgruppe

Menschen, die gerne geniessen, experimentierfreudig sind und ihre Geschmacksinne schärfen möchten.

Lernziele

- Am Ende dieses Kurses sind Sie in der Lage,
- kulinarisch interessante Gerichte mit Insekten zu kochen.
 - exemplarisch Rezepte aus dem Kochbuch "Köstliche Insekten" zu kochen.
 - Insekten auf schmackhafte Art in Ihren Speiseplan zu integrieren und so von einer gesunden und abwechslungsreichen Ernährung zu profitieren.
 - die drei als Lebensmittel zugelassenen Insektenarten fachgerecht zu verarbeiten.

Methodik/Didaktik

- Der Unterricht wird erwachsenengerecht, erlebnis- und prozessorientiert in Gruppenarbeit durchgeführt.
- Die Wissensvermittlung erfolgt situativ mit zielfördernder Methodik.

Anschluss-Fortsetzungskurs

- [Basisküche](#)

Klubschule Migros Baden

Tel. +41 58 568 97 97

Nordhaus 3 / Güterstrasse
5400 Baden

klubschule.baden@migrosaare.ch
klubschule.ch





Kochen mit Insekten: Mi Bugs



Garantierte Durchführung

- [Fit_und_gesund_kochen](#)
- [Saisonale_Küche](#)
- [Internationale_Küche](#)
- [Fest-_und_Gourmetküche](#)
- [Desserts_und_Gebäck](#)
- [Kurs_nicht_gefunden?_Teilen_Sie_uns_Ihren_Kurswunsch_mit.](#)

Zusatzinfo

Die Zeiten verstehen sich inkl. Essenszeit. Bitte teilen Sie uns bei der Kursanmeldung mit, falls Sie

- eine Lebensmittel-Intoleranz haben,
- dieses Kursangebot schon einmal besucht haben.

Datum

02.02.2019 / E_1255659

Zeit

10:30 - 14:00 h

Wochentage

Sa

Dauer

1 Kurstag(e). Total 4.00 Lektion(en) à 50 Minuten

Preis

CHF 145.00

Durchführungsort

Nordhaus 3 / Güterstrasse, 5400 Baden

Termine

Tag	Datum	Zeit
1 Sa	02.02.2019	10:30 - 14:00

Klubschule Migros Baden

Tel. +41 58 568 97 97

Nordhaus 3 / Güterstrasse
5400 Baden

klubschule.baden@migrosaare.ch
klubschule.ch

