



Gemüse kochen vom Kraut bis zur Wurzel

Beschreibung	Leider landen viele schmackhafte und nährstoffreiche Teile von unserem Gemüse nicht auf dem Teller. Auch bei anderen Produkten lässt sich noch einiges optimieren. Denn auch Blätter, Wurzeln und Schalen können genüsslich zubereitet werden und tun unserer Gesundheit gut. Lernen Sie in diesem Kochkurs, wie Sie mehr aus Gemüse, Früchten und allgemein Lebensmitteln holen, wie einfach und doch kreativ die Verwertung unscheinbarer Gemüseteile ist. Lassen Sie sich von Gerichten mit Kraut, Schale und Strunk überraschen. Mit dem neu erworbenen Wissen tun Sie der Umwelt, Ihren nächsten Gästen und natürlich auch Ihnen selber etwas Gutes.
Inhalt	<ul style="list-style-type: none">• Lebensmittelkunde• Zubereitungsarten• Lagerung
Voraussetzung	Bitte bringen Sie Vorratsdosen für allfällige Reste und Notizmaterial mit. Für die Schonung der Kleider empfehlen wir eine Schürze mitzunehmen.
Lernziele	<ul style="list-style-type: none">• Sie wissen, welche Teile von Gemüse und Früchte essbar sind.• Sie wissen, wie die Stücke zubereitet werden können.• Sie wissen, wie Sie mehr aus Ihren Lebensmittel holen können.
Anschluss-Fortsetzungsangebote	Kochkurse_aus_nah_und_fern Saisonale_Küche Kurse_für_Süßes_und_Gebäck Getränketermine Basis_Kochkurse_von_A-Z Gesund_Kochen
Zusatzinfo	Die Zeiten verstehen sich inkl. Essenszeit. Nach dem Essen übernehmen wir den Abwasch für Sie.
Datum	27.06.2019 / E_1266842
Zeit	18:00 - 21:50 h
Wochentage	Do
Dauer	1 Kurstag(e). Total 4.00 Lektion(en) à 50 Minuten
Klubschule Migros Oerlikon	Tel. +41 44 278 62 62
Hofwiesenstrasse 350 8050 Zürich	kundenservice-center@gmz.migros.ch klubschule.ch



Gemüse kochen vom Kraut bis zur Wurzel

Preis CHF 140.00

Durchführungsort Klubschule Oerlikon, Hofwiesenstrasse 350, 8050 Zürich

Termine	Tag	Datum	Zeit
	1 Do	27.06.2019	18:00 - 21:50

Klubschule Migros Oerlikon Tel. +41 44 278 62 62

Hofwiesenstrasse 350
8050 Zürich

kundenservice-center@gmz.migros.ch
klubschule.ch

