



# Genussvoll vegetarisch

<b>Beschreibung</b>	Weder Fisch noch Vogel? Auch ohne Fleisch müssen Sie keineswegs auf raffinierte und mehrgängige Menüs verzichten. Mit frischem Gemüse, Salaten, Pilzen und Getreide bereiten Sie variantenreiche, ausgewogene Gerichte zu. Sie probieren schmackhafte und 'gluschtige' Rezepte aus und verwenden Tofu, Vollwert- und Frischprodukte.
<b>Inhalt</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Zubereitungsarten</li><li>• Arbeitstechniken</li><li>• Menüplanung</li><li>• Menüvorschläge</li><li>• Dekoration und Anrichten</li><li>• Lebensmittelkunde</li><li>• Einkaufsmöglichkeiten</li></ul>
<b>Voraussetzung</b>	Es sind keine Vorkenntnisse nötig.
<b>Zielgruppe</b>	Erwachsene
<b>Lernziele</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sie kochen mit typischen Nahrungsmitteln der vegetarischen Küche und passenden Gewürzen</li><li>• Sie wissen, wo Sie die Lebensmittel in Ihrer Umgebung kaufen können</li></ul>
<b>Anschluss-Fortsetzungsangebote</b>	Weitere Kurse unter <a href="#">Kochen_und_Genuss</a>
<b>Zusatzinfo</b>	Die Zeiten verstehen sich inklusive Essenszeit. Nach dem Essen übernehmen wir den Abwasch für Sie.
<b>Datum</b>	02.10.2019 / E_1320534
<b>Zeit</b>	18:00 - 21:20 h
<b>Wochentage</b>	Mi
<b>Dauer</b>	1 Kurstag(e). Total 4.00 Lektion(en) à 50 Minuten
<b>Preis</b>	CHF 116.00
<b>Durchführungsort</b>	Hauptgasse 2, 9620 Lichtensteig

**Klubschule Migros  
Lichtensteig**  
Hauptgasse 2  
9620 Lichtensteig

Tel. +41 58 712 44 80  
info.li@gmos.ch  
[klubschule.ch](http://klubschule.ch)





# Genussvoll vegetarisch

Termine	Tag	Datum	Zeit
	1 Mi	02.10.2019	18:00 - 21:20