



# Cook Eat Go: Vegetarisch

<b>Beschreibung</b>	Ein leckeres Gericht in wenigen Minuten gekocht! Möchten Sie in Ihrer Mittagspause etwas Gesundes essen und Energie für die zweite Tageshälfte tanken? Nutzen Sie den Mittag für einen pffigen Kurz-Kochkurs mit anschliessendem Essen. Sie erhalten eine Rezeptidee sowie Tipps und Tricks für die schnelle Zubereitung. Geniessen Sie bei uns eine ungewohnte Auszeit. Den Abwasch übernehmen wir für Sie.
<b>Inhalt</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vorbereitung der Lebensmittel</li><li>• Effiziente Zubereitung einer gesunden Mahlzeit</li><li>• Gemeinsames Mittagessen</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 kennen ein einfaches und gesundes Rezept</li><li>• Sie können das Gericht zu Hause nachkochen</li><li>• Sie erhalten Tipps und Tricks für die schnelle Zubereitung</li></ul>
<b>Methodik/Didaktik</b>	Erwachsenengerechter, erlebnis- und prozessorientierter, alle Sinne ansprechender Unterricht
<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>	04.02.2020 / E_1374066
<b>Zeit</b>	12:00 - 13:15 h
<b>Wochentage</b>	Di
<b>Dauer</b>	1 Kurstag(e). Total 1.50 Lektion(en) à 50 Minuten
<b>Preis</b>	CHF 49.00
<b>Durchführungsort</b>	Bahnhofplatz 2, 9001 St. Gallen

**Klubschule Migros St. Gallen** Tel. +41 58 568 44 44

Bahnhofplatz 2  
9001 St. Gallen  
info.sg@gmos.ch  
[klubschule.ch](http://klubschule.ch)





# Cook Eat Go: Vegetarisch

Termine	Tag	Datum	Zeit
	1 Di	04.02.2020	12:00 - 13:15

**Klubschule Migros St. Gallen** Tel. +41 58 568 44 44

Bahnhofplatz 2  
9001 St. Gallen

info.sg@gmos.ch  
[klubschule.ch](http://klubschule.ch)

