



# 30-Minuten-Rezepte

<b>Beschreibung</b>	Nicht nur Jamie Oliver, sondern auch wir zaubern in 30 Minuten einfache, gesunde und schmackhafte Gerichte auf den Tisch. Nehmen Sie uns beim Wort!
<b>Inhalt</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Zubereitungsarten</li><li>• Arbeitstechniken</li><li>• Menüvorschläge</li><li>• Lebensmittelkunde</li><li>• Einkaufsmöglichkeiten</li></ul>
<b>Voraussetzung</b>	Grundkenntnisse, wie sie im Kurs " <a href="#">Kochen_-_das_1x1</a> " vermittelt werden.
<b>Zielgruppe</b>	Sie möchten Ihr Repertoire erweitern, neue Gerichte erlernen oder die Küche anderer Länder kennenlernen.
<b>Lernziele</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Sie wissen, wo Sie die Lebensmittel kaufen können.</li><li>• Sie kennen Arbeitstechniken und Zubereitungsarten.</li><li>• Sie erhalten nützliche Tipps &amp; Tricks rund ums Kochen.</li></ul>
<b>Zusatzinfo</b>	Bitte informieren Sie uns bei der Kursanmeldung über Nahrungsmittelunverträglichkeiten oder gemiedene Lebensmittelarten. Ablauf: Sie arbeiten an der Kochstation Ihrer Wahl und kochen in kleinen Gruppen je ein bis zwei Gerichte. Im Anschluss geniessen Sie das komplette Menu und kümmern sich gemeinsam um die Ordnung der Küche.
<b>Datum</b>	04.05.2020 / E_1380059
<b>Zeit</b>	18:00 - 20:00 h
<b>Wochentage</b>	Mo
<b>Dauer</b>	1 Kurstag(e). Total 2.00 Lektion(en) à 50 Minuten
<b>Preis</b>	CHF 70.00
<b>Durchführungsort</b>	Hertensteinstrasse 9 (Migros), 6004 Luzern

**Klubschule Migros Luzern**

Tel. +41 41 418 66 66

Schweizerhofquai 1  
6004 Luzern

[klubschule.luzern@migros-luzern.ch](mailto:klubschule.luzern@migros-luzern.ch)  
[klubschule.ch](http://klubschule.ch)





# 30-Minuten-Rezepte

Termine	Tag	Datum	Zeit
	1 Mo	04.05.2020	18:00 - 20:00

**Klubschule Migros Luzern**

Tel. +41 41 418 66 66

Schweizerhofquai 1  
6004 Luzern

[klubschule.luzern@migros-luzern.ch](mailto:klubschule.luzern@migros-luzern.ch)  
[klubschule.ch](http://klubschule.ch)

