



Kochen für Männer

Beschreibung	Sie wollen für Ihre Familie und Freunde ein einfaches Menü kochen und brauchen dazu die nötigen Grundlagen? Im Kurs befassen Sie sich mit verschiedenen Zubereitungsarten und lernen den Umgang mit Geräten und Hilfsmitteln. Sie werden sicherer und routinierter bei der Planung der einzelnen Arbeitsschritte und bei der Verarbeitung der Nahrungsmittel. So können Sie bald Ihr Lieblingsgericht zubereiten und haben noch mehr Lust am Kochen und Essen.
Inhalt	<ul style="list-style-type: none">• Grundzubereitungsarten (z.B. Sieden, Braten, Dämpfen)• Arbeitstechniken (z.B. Rüsten, Schneiden)• Einsatz von Geräten und Hilfsmitteln• Auswahl und Umgang mit Lebensmitteln (Saison, Nachhaltigkeit, Nährstoffe, Hygiene, Lagerung etc.)• Menüplanung, Zeit- und Arbeitsorganisation in der Küche• Rezeptverständnis• Tipps und Tricks, die den Alltag erleichtern
Voraussetzung	Es sind keine Vorkenntnisse nötig.
Zielgruppe	Männer, die Freude daran haben, ein feines Essen zuzubereiten und in geselligem Rahmen zu speisen.
Lernziele	<ul style="list-style-type: none">• Sie können ein Menu planen und selbständig zubereiten• Sie kennen die wichtigsten Zubereitungsarten und Grundtechniken und können diese anwenden• Sie können Geräte und Hilfsmittel korrekt anwenden• Sie können einfache Rezepte nachkochen
Anschluss-Fortsetzungsangebote	Weitere Kurse unter Kochen_und_Genuss
Zusatzinfo	Die Zeiten verstehen sich inklusive Essenszeit. Nach dem Essen übernehmen wir den Abwasch für Sie.
Datum	07.03.2022 / E_1543361
Zeit	18:00 - 21:20 h
Wochentage	Mo
Klubschule Migros Chur	Tel. +41 58 712 44 40
Gartenstrasse 5 7001 Chur	info.ch@gmos.ch klubschule.ch



Kochen für Männer

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

Preis CHF 128.00

Durchführungsort Gartenstrasse 5, 7000 Chur

Termine	Tag	Datum	Zeit
	1 Mo	07.03.2022	18:00 - 21:20

Klubschule Migros Chur

Tel. +41 58 712 44 40

Gartenstrasse 5
7001 Chur

info.ch@gmos.ch
klubschule.ch

