



Vegane Küche

Beschreibung	So bunt und vielseitig kann vegane Küche sein! Lassen Sie sich überraschen, wie köstliche Gerichte aus rein pflanzlichen Zutaten schmecken und wie einfach sie sich in den Alltag integrieren lassen. In diesem Kurs kochen Sie Alltagsgerichte ohne Fleisch, Fisch, Eier und Milchprodukte. Lernen Sie die Zubereitung und geniessen Sie anschliessend die frisch gekochten Gerichte. Verwöhnen Sie Ihren Gaumen von der Vorspeise bis zum Dessert.
Inhalt	<ul style="list-style-type: none">• Zubereitungsarten• Arbeitstechniken• Menüvorschläge• Lebensmittelkunde• Einkaufsmöglichkeiten
Voraussetzung	Grundkenntnisse, wie sie im Kurs " Kochen_-_das_1x1 " vermittelt werden.
Zielgruppe	Sie möchten Ihr Repertoire erweitern, neue Gerichte erlernen oder die Küche anderer Länder kennenlernen.
Lernziele	<ul style="list-style-type: none">• Sie wissen, wo Sie die Lebensmittel kaufen können.• Sie kennen Arbeitstechniken und Zubereitungsarten.• Sie erhalten nützliche Tipps & Tricks rund ums Kochen.
Zusatzinfo	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.
Datum	01.07.2022 / E_1564381
Zeit	18:00 - 22:00 h
Wochentage	Fr
Dauer	1 Kurstag(e). Total 4.00 Lektion(en) à 50 Minuten
Preis	CHF 125.00
Durchführungsort	Hertensteinstrasse 9 (Migros), 6004 Luzern

Klubschule Migros Luzern

Tel. +41 41 418 66 66

Schweizerhofquai 1
6004 Luzern

klubschule.luzern@migros-luzern.ch
klubschule.ch





Vegane Küche

Termine	Tag	Datum	Zeit
	1 Fr	01.07.2022	18:00 - 22:00

Klubschule Migros Luzern

Tel. +41 41 418 66 66

Schweizerhofquai 1
6004 Luzern

klubschule.luzern@migros-luzern.ch
klubschule.ch

