



Vegetarische Küche

Beschreibung	Ohne Fleisch gehts auch! Möchten Sie spektakuläre und vor allem vollwertige vegetarische Gerichte kochen? In diesem Kurs lernen Sie die wichtigsten Garmethoden und schonende Zubereitungsarten kennen. Sie machen Bekanntschaft mit abwechslungsreichen Gerichten und lernen, diese mit Phantasie nachzukochen.
Inhalt	<ul style="list-style-type: none">• Zubereitungsarten• Arbeitstechniken• Menüplanung• Menüvorschläge• Lebensmittelkunde• Einkaufsmöglichkeiten
Voraussetzung	<ul style="list-style-type: none">• Grundkenntnisse, wie sie im Kurs " Kochen_-_das_1x1 " vermittelt werden.• Für die Teilnahme an diesem Kurs ist das Vorweisen eines COVID- Zertifikats (geimpft oder genesen) notwendig. Bitte bringen Sie Ihr COVID-Zertifikat (gedruckt oder in der App) sowie einen Ausweis mit.
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	30.03.2022 / E_1564385
Zeit	19:00 - 22:00 h
Wochentage	Mi
Dauer	1 Kurstag(e). Total 3.00 Lektion(en) à 50 Minuten

Klubschule Migros Luzern

Tel. +41 41 418 66 66

Schweizerhofquai 1
6004 Luzern

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





Vegetarische Küche

Preis CHF 100.00

Durchführungsort Hertensteinstrasse 9 (Migros), 6004 Luzern

Termine	Tag	Datum	Zeit
	1 Mi	30.03.2022	19:00 - 22:00

Klubschule Migros Luzern

Tel. +41 41 418 66 66

Schweizerhofquai 1
6004 Luzern

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

