



# Freestyle - Kochen ohne Rezepte



## Garantierte Durchführung

### Beschreibung

Versuchen Sie's mal mit Bauchgefühl! Dazu Experimentierfreude und eine Handvoll Grundregeln, die lustvoll variiert und immer wieder neu interpretiert werden können. Sie werden staunen, was der Kühl- und Vorratsschrank hergibt und zu welch originellen und überzeugenden Resultaten Sie kommen werden. Im Team kreieren Sie mit den bereitgestellten saisonalen Zutaten ein ausgewogenes Menu und bekommen wertvolle Tipps für Ihre kreative Alltagsküche.

### Inhalt

- Verschiedene Menuvarianten
- Ideen für die spontane Zubereitung von kreativen Alltagsgerichten
- Tipps und Tricks vom Profi
- Zeitmanagement

### Voraussetzung

Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

### Zielgruppe

Erwachsene

### Lernziele

- Sie können, ohne Rezept mit einfachen Zutaten, originelle Gerichte kochen
- Sie trauen sich zu, ohne Rezept zu kochen
- Sie können Rezepte variieren und Gerichte kochen, die geschmacklich und optisch überzeugen

### Methodik/Didaktik

Erwachsenengerechter, erlebnis- und prozessorientierter, alle Sinne ansprechender Unterricht

### 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

27.01.2023 / E\_1620001

### Zeit

18:00 - 21:20 h

### Wochentage

Fr

### Dauer

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

### Preis

CHF 116.00

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

Bahnhofplatz 2  
9000 St. Gallen

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





# Freestyle - Kochen ohne Rezepte



**Garantierte Durchführung**

**Durchführungsort**

Bahnhofplatz 2, 9000 St. Gallen

**Termine**

**Tag**

**Datum**

**Zeit**

1 Fr

27.01.2023

18:00 - 21:20

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

Bahnhofplatz 2  
9000 St. Gallen

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

