



Kochen mit dem Steamer



Garantierte Durchführung

Beschreibung

Sie möchten sich und Ihre Lieben schnell, gesund und gut ernähren? Der Einsatz eines Dampfgargerätes macht es möglich. Die Nahrungsmittel werden schonend gegart, laugen nicht aus und Sie selber sparen Zeit und Energie. Kochen Sie Ihre altbewährten Gerichte neu im Dampfgarer: Intensiver Geschmack, Farbe und Nährstoffe von Gemüse bleiben erhalten, Fleisch bleibt saftig und auch Getreide gelingt.

Inhalt

- Es werden Dampfgargeräte (Combisteamer) verwendet. Die Gerichte eignen sich auch für Steamer in Kombination mit dem Backofen
- Rezept-Ideen

Voraussetzung

Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

Zielgruppe

Sie besitzen ein Dampfgargerät oder einen Steamer oder möchten später einen kaufen. Sie möchten verschiedene Gerichte mit dem Dampfgargerät zubereiten können. Sie interessieren sich für gesunde Ernährung und möchten Ihre Rezeptsammlung erweitern.

Lernziele

- Sie lernen anhand verschiedener Gerichte wie das Dampfgargerät sinnvoll eingesetzt werden kann. Sie wissen wie lange und wie heiss die verschiedenen Nahrungsmittel gegart werden müssen.
- Sie erhalten Rezept-Ideen, welche sich besonders für das Dampfgargerät eignen.
- Sie erhalten Tipps, wie Sie Ihre altbewährten Gerichte im Dampfgarer zubereiten können.

Methodik/Didaktik

- Erwachsenengerechter, erlebnis- und prozessorientierter, alle Sinne ansprechender Unterricht
- Theorie und Praxis

Abschluss

Kein Abschluss.

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

14.01.2023 / E_1620053

Zeit

10:00 - 13:20 h

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

Bahnhofplatz 2
9000 St. Gallen

info.sg@gmos.ch
klubschule.ch





Kochen mit dem Steamer



Garantierte Durchführung

Wochentage

Sa

Dauer

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

Preis

CHF 116.00

Durchführungsort

Bahnhofplatz 2, 9000 St. Gallen

Termine

Tag	Datum	Zeit
1 Sa	14.01.2023	10:00 - 13:20

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

Bahnhofplatz 2
9000 St. Gallen

info.sg@gmos.ch
klubschule.ch

