



## Mit-Kochkurse 2018



Sa-24-Februar 2018

Ayurveda Kochkurs

Gesunde Ayurveda-Küche – alltagstauglich und unkompliziert. Lassen Sie sich unter diesem Motto von einem besonderen Kochkurs inspirieren. Beim gemeinsamen Kochen gibt's leckere Rezepte und spannende Ernährungstipps – für Einsteiger und Fortgeschrittene p. P. 65,-€

Sa-03-März 2018

Feines mit Lamm – ein einfach-raffiniertes 4-Gänge Menü p. P. 69,-€

Sa-05-Mai 2018

Blütenpracht in Wald, Flur und Teller – Kochen mit Wildkräutern 4-Gänge Menü p. P. 65,-€

Sa-14-Juli 2018

Sommerfülle in Wald, Flur und Teller - mit Wildkräutern gemeinsam ein wunderbares Menü gestalten – vegetarisch - 4-Gänge Menü p. P. 65,-€

Sa-29-September 2018

Wildes auf das Teller – wir kochen mit heimischem Wild und Wildkräuter in ein 4-Gänge Menü 69,-€

Mi-3-Oktober 2018

Tolle Knollen, Wurzeln und Getreide! Erntedank auf dem Teller. 4-Gänge Menü, vegetarisch 65,-€

*Gerne können Sie ab 8 Personen auch individuell einen Termin vereinbaren...mit Freunden, Kollegen...als Weihnachtsfeier, Geburtstag*

Die Kochkurse beinhalten jeweils: gemeinsames Kochen, Tipps und Tricks zu Ernährung und Zubereitung von unserer Köchin Andrea, regionale Bio-Lebensmittel (Wild aus Böhmfelder Jagd, nicht zertifiziert), kurze Warenkunde, gemeinsames Essen am gedeckten Tisch, Aperitif, Wasser, ein Glas Wein und einen Espresso zum Dessert. Eine Schürze wird gestellt.

