

## Aktuelle Kochkurse für Erwachsene

Das Motto der praktischen Kochkurse und Schulworkshops lautet:

"Regionale Lebensmittel mit allen Sinnen sprichwörtlich durch eigenes praktisches Tun begreifen." Ob Brotbacken, smarte Alltagsküche, Gemüse fermentieren, Fisch richtig filetieren oder sogar selber Wurst oder Käse machen – das variantenreiche Angebot bietet für jeden Geschmack den passenden Kurs.

Nutzen Sie dazu die Kurssuche oben oder wählen Sie das gewünschte Thema aus der Linkliste unten aus.

### Backen & süße Küche

- [Brot & Gebäck aus dem eigenen Backofen | LFI Oberösterreich](#)
- [Gebildbrote und Brauchtumsgebäck | LFI Oberösterreich](#)
- [Guglhupf-Prachtstücke für jede Gelegenheit | LFI Oberösterreich](#)
- [Kekse & selbstgemachte kleine Naschereien | LFI Oberösterreich](#)
- [Krapfen, Affen & Co | LFI Oberösterreich](#)
- [Süße Leibspeisen aus Omas Küche | LFI Oberösterreich](#)

### Gemüse, Kräuter, Milch, Getreide & Vegetarisch

- [Delikatessgemüse Spargel | LFI Oberösterreich](#)
- [Frühlingswildkräuter in der Küche | LFI Oberösterreich](#)
- [Gemüse fermentieren | LFI Oberösterreich](#)
- [Milchprodukte für den Hausgebrauch - ganz einfach selber machen | LFI Oberösterreich](#)
- [Raffinierte Getreideküche - wertvoll, modern, köstlich | LFI Oberösterreich](#)
- [Erdäpfelküche | LFI Oberösterreich](#)
  
- [Köstliche Brunchideen für Vegetarier:innen | LFI Oberösterreich](#)
- [Smart gekocht vegetarisch | LFI Oberösterreich](#)
- [Vegetarisches aus Wok, Pfanne und Topf! - genial, vital, regional | LFI Oberösterreich](#)

Hinweis: Die Inhalte und Unterlagen sind die gleichen wie im regulären Kurs, jedoch wird ausschließlich mit vegetarischen Rezepten gearbeitet.

### Fleisch & Fisch in Bestform

- [Festtagsbraten - Genießen wie damals | LFI Oberösterreich](#)
- [Fischköstlichkeiten - F\(r\)isch auf den Tisch | LFI Oberösterreich](#)

- [Kreative Burger-Welt | LFI Oberösterreich \(NEU\)](#)
- [Wild auf Wild | LFI Oberösterreich](#)
- [Wurstwerkstatt | LFI Oberösterreich](#)
- [Zeitgemäße Klassiker aus der Rindfleischküche | LFI Oberösterreich](#)

### **Kreative, trendige Küche**

- [Köstliche Brunchideen | LFI Oberösterreich](#)
- [Köstliches aus Wok, Pfanne und Topf! - genial, vital, regional | LFI Oberösterreich](#)
- [Smart gekocht | LFI Oberösterreich](#)

### **Traditionelle Regionalküche**

- [Herzhafte Hausmannskost - ruckzuck frisch gekocht | LFI Oberösterreich](#)
- [Raffinierte Knödelküche | LFI Oberösterreich](#)
- [Versuchungen aus der Strudelküche | LFI Oberösterreich](#)

### **Gemeinsam kochen verbindet – Jetzt Kochkurs zum Wunschtermin buchen**

Egal ob als Firmen-Teambuilding, Vereinsaktivität, Weihnachtsfeier, Polterabend oder als Geburtstagsfeier, gemeinsam kochen und genießen verbindet. Verbringe mit deinen Freunden, Kollegen und Kolleginnen oder Familienmitgliedern einen lehrreichen, genussvollen und lustigen Kochkurs.

Nähere Informationen dazu erhalten Sie beim LFI OÖ, bei den Beraterinnen und Beratern der Landwirtschaftskammern in den jeweiligen Bezirken oder hier [Konditionen für Kochkurse | LFI Oberösterreich](#).

### **„Kleine Köche – große Hauben“: Kochspaß für Kinder und Jugendliche**

Ran an die Kochlöffel! Unter diesem Motto laden wir alle Kinder von 6 - 12 Jahren und Jugendliche von 12 - 18 Jahren herzlich zu unseren Kochkursen ein. Gemeinsam mit unseren erfahrenen Seminarbäuerinnen entdecken wir die bunte Welt der regionalen Küche auf spielerische Weise.

Ob süße Schmankerl oder pikante Lieblingsgerichte – in unseren Kursen wird geschnippelt, gerührt, gekostet und gelacht! Dabei stehen regionale Zutaten, gesunde Ernährung und ganz viel Spaß im Mittelpunkt.

Nähere Informationen zu den Angeboten für Kinder und Jugendliche gibt es hier:

[Angebote für Kinder und Jugendliche | LFI Oberösterreich](#)

**Folgende Kochkursthemen bieten die oberösterreichischen Seminarbäuerinnen für Erwachsene an:**