

Neues Kochkursthema: Köstliches aus Wok, Pfanne und Topf! – genial, vital, regional

- Du hast Appetit auf schnelle Pfannen-, Wok- und „One-Pot“-Gerichte mit Pfiff?
- Du liebst es unkompliziert, aber trotzdem nachhaltig und frisch zu kochen?
- Du hast Lust auf kulinarische Abwechslung, von multikulti bis traditionell?

Dann bietet der Kochkurs „**Köstliches aus Wok, Pfanne und Topf! – genial, vital, regional**“ jede Menge flotte und nicht alltägliche Rezeptideen. Der Rezeptpool bietet spannende Fusionsküche, wodurch unterschiedliche Esskulturen und Zubereitungsarten durch die Vermischung von traditioneller Küche mit internationalen Gerichten kombiniert werden.

Die Rezepturen setzen die Vielfalt der regionalen Zutaten wie Gemüse, Hülsenfrüchte, Getreide, Fisch, Fleisch uvm. durch Verbindung mit spannenden Zubereitungs- und Gewürzkombinationen perfekt in Szene. In Wok, Pfanne und Topf verschmelzen unsere regionalen Lebensmittel mit den Rezeptinspirationen und Gewürzen anderer Länder aufs Köstlichste. Angesagt ist eine kleine kulinarische Weltreise in welcher wir uns die Aromen aus aller Welt ganz einfach in unsere Töpfe holen.

Nach persönlichem Gusto, Saison und Region und nach dem, was Kühlschrank und Vorratsschrank so zu bieten haben, gilt es, die Messer zu wetzen, Gemüse zu schnippeln, den Herd anzuhetzen und loszulegen mit den genial einfachen Kochkunststücken.

Erlebe wie köstlich sich Lebensmittel frisch aus der Region in die Pfanne hauen lassen, aber auch in den Wok oder den Topf. Unser Motto: Kulinarische P(f)annenhilfe für jeden Gusto!

Flott gewokt!

Woken ist eine der flottesten, unkompliziertesten und auch kommunikativsten Arten des Kochens. Farbe, Aroma und wertvolle Inhaltsstoffe bleiben weitgehend erhalten.

Durch die hohe Hitze am Topfboden werden die Zellen im Gemüse sozusagen versiegelt, das enthaltene Wasser explodiert förmlich und der Garprozess wird somit beschleunigt. Durch das kurze Braten bei hohen Temperaturen bleibt Gemüse knackig und bissfest und Fleisch schön saftig. Das Rösten bei hohen Temperaturen wirkt wie ein Gewürz – da sich durch das Pfannenrühren köstliche Röst- und Geschmacksstoffe bilden, die den Eigengeschmack der verwendeten Lebensmittel hervorheben.

Anmeldung und Info

Melde dich gleich an, beim Kochkurs zum Thema „Köstliches aus Wok, Pfanne und Topf! – genial, vital, regional“ und hole dir Tipps und geniale Rezepte zum Nachmachen: