

## Cookinar: Digitale Küchenwerkstatt

*Online-Kochkurse zum Thema: Spargel, Erdbeer und Steak*

In unserer Online-Küchen-Werkstatt zeigen wir dir Schritt für Schritt, wie du mit einfachen Methoden und regionalen Produkten Köstlichkeiten auf den Tisch zaubern kannst. Du kannst dabei ganz einfach von daheim unter der fachkundigen Anleitung unserer Expertinnen direkt mitkochen.

Alles was du brauchst ist bis zu 2 Stunden Zeit, ein paar Zutaten und Arbeitsutensilien.

LERNEN DURCH TUN - ist das Credo unseres Online-Kochkurses.

Wir freuen uns auf dich!

### Cookinar: Kochschule Spargel - Spitzenmäßiger Genuss von der Stange

Hurra, der Spargel ist da! Ob grün, ob weiß, ob dick oder dünn, ob gekrümmt oder gebrochen... Seminarbäuerin Monika Sohneg weiß, wie man diesen köstlichen Stangen kulinarisch spitzenmäßig in Bestform bringt. In unserem Do-it-yourself Online-Kochkurs kannst du unter der fachkundigen Anleitung unserer Spargelexpertin unkomplizierte aber trotzdem raffinierte Spargel-Gusto-Stückerl zaubern. Neben feinen Rezeptideen, gibt es jede Menge Tipps, Anregungen und Tricks für eine köstliche Spargelküche. Regional, saisonal und genial, ist das Credo unseres Spargel-Genuss-Cookinars.

Datum: 21.05.2021, 17:00 - 19:00 Uhr

Preis: € 20,00/Person

Einkaufs- und Materialliste wird vorab den angemeldeten Teilnehmenden zugesendet.

### Cookinar: Erdbeer-Glück auf Vorrat - Zaubere Erdbeerschätze ins Glas & in die Flasche!

Achtung, Achtung! Roter Genuss-Alarm! Die Erdbeersaison ist eröffnet und der Biss in die ersten roten Früchte der Saison ist so ein bisschen wie frisch verliebt sein. Damit du dir diese Erdbeerliebe das ganze Jahr über konservierst, packen wir die Früchtchen frisch vom Erdbeerfeld gleich direkt ins Glas und in die Flasche. In unserem Erdbeer-Online-Kochkurs zaubern wir haltbare Schätze in Form von fruchtigen Erdbeeressig-Variationen, trendigen Shrub (süß-saurer Früchtesirup für Getränke) oder Erdbeersirup gleich in die Flasche. Unser Einkoch-Profi Romana Schneider-Lenz zeigt dir, wie du die perfekte Erdbeermarmelade einkochst und welche kreativen Kombinationen mit den roten Superfrüchten möglich sind. Zur Stärkung kochen wir uns noch ruck-zuck Erdbeerknödel zum Sofortessen oder zum Einfrieren. Gusto bekommen? Dann melde dich gleich an, zu unserem beerenstarken Cookinar. Köstliches

Erdbeerglück ist garantiert!

Datum: 11.06.2021, 17:00 - 19:00 Uhr

Preis: € 20,00/Person

Einkaufs- und Materialliste wird vorab den angemeldeten Teilnehmenden zugesendet.

### **Cookinar: STEAK IT EASY – zum Vatertag! - Damit Papa weiß, wie das perfekte Steak geht!**

Mann oh Mann! Vatertag ist im Anmarsch, aber du hast noch keine originelle Überraschung? „No problem!“ - wir haben die ultimative Geschenksidee: Einen coolen Online-Kochkurs zum Thema Fleischeslust für den weltbesten Papa! Unter dem Motto: Selbst ist der Mann! – können kochbegeisterte Papas ganz relaxt daheim in der Küche ihr perfektes Steak brutzeln. Unter der Anleitung von Steak-Profi Mario Lehenbauer zaubert Papa höchstpersönlich köstliche Steaks mit raffinierten Beilagen und bekommt nebenbei noch jede Menge tolle Tipps rund um perfekte Fleischqualität, Reifung, Garzeiten und Kerntemperaturen.

Damit wirklich alles top gelingt, bekommen die Teilnehmer perfekt gereifte Rybe-Eye-Steaks vom Cult-Beef für zwei Personen, eine kultige Kochschürze und Cult-Beef-Guide mit unserem Lieferservice einige Tage vor dem Cookinar frei Haus geliefert.

Noch was: Wer seinem Papa eine besondere Freude machen will, stellt sich freiwillig als Hilfskoch und Abwäscher zur Verfügung. In diesem Sinne: „STEAK IT EASY!“ – zum Vatertag.

PS: Selbstverständlich sind alle Kochbegeisterten willkommen – nicht nur Papa's!

**Hinweis: Anmeldung bis spätestens 28. Mai 2021** – damit wir deine Steaks vor dem Cookinar perfekt gereift zu dir nach Haus liefern können! Das Lieferservice erfolgt durch Fa. Wiesbauer-Gourmet. Die Zutaten für die Beilagen und Weinbegleitung sind bitte selbst zu besorgen. Einkaufs- und Materialliste wird vorab den angemeldeten Teilnehmenden zugesendet.

Datum: 12.06.2021, 10:00 - 12:00 Uhr

Preis: € 35,00/Person inkl. perfekt gereifte Steaks für 2 Personen und lässiger Cult-Beef-Schürze sowie Cult-Beef-Guide.

### **So einfach geht`s:**

- Um an unserem Mini-Onlinekochkurs teilzunehmen, brauchst du Internetzugang, sowie Laptop oder Handy (mit Kamera und Mikrofon).

- Lade die App ZOOM herunter.
- Einkaufs- und Materialliste wird dir zugesendet und steht unter Downloads bereit.
- Vor dem Kochkurs schicken wir dir per E-Mail einen Zugangs-Link
- Mit diesem Link kannst du dich bei Kochkursbeginn ganz einfach über Mausclick live zuschalten.
- Fragen während der Herstellung kannst du in den Chat schreiben oder direkt an uns stellen und all deine Fragen werden von unseren Expertinnen beantwortet.
- Laptop in der Küche aufstellen, Zutaten bereithalten und los geht`s mit der Kochwerkstatt in der eigenen Küche.
- Ideal und super entspannt ist es, wenn Zutaten und dein technisches Equipment 15 Minuten vor Start des Kurses bereitstehen. Und dann geht`s auch schon los. Wir zeigen dir Schritt für Schritt den einfachen Weg zu hausgemachte Köstlichkeiten.

#### **Deine Vorteile:**

- Keine Anfahrt und lästige Parkplatzsuche
- Entspannter Daheim-Kochkurs für dich selbst oder mit der ganzen Familie
- Aktive Interaktion zwischen Teilnehmern und Kochexpertin
- Neue faszinierende Art des Kochenlernens für alle Altersgruppen
- Am Ende des Kurses hast du ein selbst hergestelltes Produkt/Gericht.
- Du bekommst auch noch ein Rezeptblatt.

#### **Anmeldung**

LFI-Kundenservice  
4021 Auf der Gugl 3  
Telefon 050/6902-1500  
Fax 050/6902-91500  
[info@lfi-ooe.at](mailto:info@lfi-ooe.at)