Ländliches Fortbildungs Institut

Oberösterreich

# Vegetarisches aus Wok, Pfanne und Topf! - genial, vital, regional

Lust auf schnelle, vegetarische Pfannen-, Wok- und One-Pot-Gerichte? Sie lieben es, unkompliziert zu kochen, dabei aber trotzdem nachhaltig und frisch? Dann haben wir genau den richtigen Kochkurs. Gemeinsam setzen wir die Vielfalt regionaler Zutaten wie Gemüse, Hülsenfrüchte, Getreide und vieles mehr in Kombination mit kreativen Zubereitungs- und Gewürzkombinationen perfekt in Szene.
In Wok, Pfanne und Topf verschmelzen unsere regionalen Zutaten mit Rezeptinspirationen und Gewürzen aus aller Welt zu köstlichen vegetarischen Gerichten. Unser Motto: Kulinarische P(f)annenhilfe für jeden vegetarischen Geschmack!

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

Lebensmittelkosten werden bei der Veranstaltung bar kassiert.

Änderungen vorbehalten.

## Information

| | |
|---|---|
| **Kursdauer:** | 3 Einheiten |
| **Kursbeitrag:** | 45,00 € |
| **Fachbereich:** | Gesundheit und Ernährung |
| **Zielgruppe:** | Bäuerinnen und Bauern, Konsumentinnen und Konsumenten |
| **Mitzubringen:** | Behälter für etwaige Kostproben \| Schürze, bequeme Schuhe, Schreibzeug |

## Verfügbare Termine

### 07.01.2027 18:00, Linz

| | |
|---|---|
| Ort | Linz |
| Beginn | 07.01.2027 18:00 |
| Ende | 07.01.2027 21:00 |
| Örtlichkeit | Seminarhaus auf der Gugl, Auf der Gugl 3, 4021 Linz |
| Information | Kundenservice, Tel +43 (0)50 6902 1500, info@lfi-ooe.at |
| Kursnummer | 3242/8 |
| Trainer:in | Gabriele Kammerhuber |
| Termin 1 | 07.01.2027, 18:00 - 21:00 Uhr |

© 2026 - lfi.at

### 25.01.2027 18:30, Eferding

| | |
|---|---|
| Ort | Eferding |
| Beginn | 25.01.2027 18:30 |
| Ende | 25.01.2027 21:30 |
| Örtlichkeit | Haus Eferdinger Land, Linzer Straße 4, 4070 Eferding |
| Information | Kundenservice, Tel +43 (0)50 6902 1500, info@lfi-ooe.at |
| Kursnummer | 3242/9 |
| Trainer:in | Zäzilia Neubauer |
| Termin 1 | 25.01.2027, 18:30 - 21:30 Uhr |

### 02.02.2027 18:00, Großraming

| | |
|---|---|
| Ort | Großraming |
| Beginn | 02.02.2027 18:00 |
| Ende | 02.02.2027 21:00 |
| Örtlichkeit | EnnsTaler Küchenstudio, Eisenstraße 19, 4463 Großraming |
| Information | Kundenservice, Tel +43 (0)50 6902 1500, info@lfi-ooe.at |
| Kursnummer | 3242/6 |
| Trainer:in | Michaela Enöckl, BEd |
| Termin 1 | 02.02.2027, 18:00 - 21:00 Uhr |

### 03.03.2027 18:00, Linz

| | |
|---|---|
| Ort | Linz |
| Beginn | 03.03.2027 18:00 |
| Ende | 03.03.2027 21:00 |
| Örtlichkeit | Seminarhaus auf der Gugl, Auf der Gugl 3, 4021 Linz |
| Information | Kundenservice, Tel +43 (0)50 6902 1500, info@lfi-ooe.at |
| Kursnummer | 3242/7 |
| Trainer:in | Gabriele Kammerhuber |
| Termin 1 | 03.03.2027, 18:00 - 21:00 Uhr |

© 2026 - lfi.at