Jugendkochworkshop: Smart gekocht

Selbst kochen statt Fertiggerichte! In diesem jugendgerechten Kochkurs entdecken Teens, wie einfach, frisch und kreativ moderne Küche sein kann. Mit unkomplizierten Techniken, regionalen Zutaten und vielen cleveren Tipps werden sie Schritt für Schritt ans selbstständige Kochen herangeführt. Im Mittelpunkt stehen alltagstaugliche Gerichte, die schnell gelingen, abwechslungsreich sind und Raum für den eigenen Geschmack lassen. Gemeinsam wird geschnippelt, gewürzt, gebrutzelt und natürlich verkostet. Dabei lernen die Jugendlichen nicht nur verschiedene Rezepte kennen, sondern auch Küchen-Basics wie den sicheren Umgang mit Messern, gutes Timing und kleine Tricks für bessere Ergebnisse. Ergänzt wird das Ganze durch Tipps zu saisonalen Lebensmitteln und smartem Einkaufen. So entsteht ein praxisnahes Kocherlebnis, das Spaß macht, die Kreativität fördert und echtes Selbstvertrauen in der Küche gibt.

Für Jugendliche zwischen 12 und 18 Jahren.

Lebensmittelkosten werden bei der Veranstaltung bar kassiert.

Änderungen vorbehalten.

Information

Kursdauer:	3 Einheiten
Kursbeitrag:	36,00 €
Fachbereich:	Gesundheit und Ernährung
Zielgruppe:	Jugendliche von 12 bis 18 Jahre
Mitzubringen:	Behälter für etwaige Kostproben | Kochschürze, bequeme Schuhe | Schreibmaterial

Verfügbare Termine

© 2026 - lfi.at