

Katholische
Familien-
Bildungsstätte Hanau



Kochkurse in 2012 von Januar bis Juni



**Anmeldung zu allen Kursen:
Kath. Familienbildungsstätte Hanau
Im Bangert 4
63450 Hanau
Tel. 06181/92323-0
Fax. 06181/92323-11
e-mail: info@fbs-hanau.de**

Bitte beachten Sie

Wichtiger Hinweis für alle Kochkurse: es wird zusätzlich zur Kursgebühr eine Kochumlage erhoben. Diese beträgt zwischen 4 und 10,00 Euro und ist direkt an die Kursleitung zu zahlen, auch bei einer kurzfristigen Absage oder bei Fernbleiben. Die Kursangebote sind nach Kursleitern geordnet.

600 - Kochkurs für Einsteiger

In diesem Kurs werden verschiedene Zubereitungsmethoden ausprobiert und über Einkauf, Lagerung und Grundausstattung von Küchengeräten gesprochen. Ferner werden einfache und schnelle Gerichte zubereitet, die auch Anfänger leicht nachkochen können.

Termine: Donnerstag, 03.05./Montag, 07.05./Montag, 14.05./Mittwoch, 16.05.2012

Dauer: 4 Treffen

Zeit: 18.30 - 21.30 Uhr

Gebühr: 30,00 Euro + Kochumlage

Leitung: Ute Pacholak-Jorda, Kursleiterin für Kochen

Kurs-Nr.: 601 - Kochen für Einsteiger - Aufbaukurs

Weiterführender Kurs, auch für alle, die noch unter Anleitung weitere Kochsicherheit erwerben wollen.

Termine: Donnerstag, 19.01./Montag, 23.01./Donnerstag, 26.01./Montag, 30.01.2012

Dauer: 4 Treffen

Zeit: 18.30 - 21.30 Uhr

Gebühr: 30,00 Euro + Kochumlage

Leitung: Ute Pacholak-Jorda, Kursleiterin für Kochen

Kurs-Nr.: 602 - Keine Angst vorm Kochen

Für alle, die gerne "Neues" ausprobieren möchten, aber noch Anleitung und Erklärungen benötigen. Wir treffen uns 1 x im Monat.

Termine: Donnerstag, 23.02.2012 / 22.03.2012 / 19.04.2012

Dauer: 3 Treffen

Zeit: 18.30 - 21.30 Uhr

Gebühr: 22,50 Euro, plus Kochumlage

Leitung: Ute Pacholak-Jorda, Kursleiterin für Kochen

Kurs-Nr.: 604

Himmlich Kochen und Genießen - die Ayurvedische Küche

Ayurveda ist die Wissenschaft vom gesunden, langen und glücklichen Leben. Lassen Sie sich begeistern durch die Vielfalt der Gewürze und ihrer heilungs- bzw. verdauungsfördernden Wirkung.

Termin: Dienstag, 31.01.2012

Zusatzkurse: Freitag, 27.01.2012 und Donnerstag, 02.02.2012

Dauer: je 1 Treffen

Zeit: 19.00 - 22.00

Gebühr: 7,50 Euro + 5 Euro Kochumlage

Leitung: Petra Zuppa, Fachlehrerin für Textilarbeit, Werken und Hauswirtschaft

Kurs-Nr.: 605 - Typisch Fränkisch

Ein kulinarischer Streifzug durch Franken mit Spezialitäten, wie "Blaue Zipfel"

Termin: Montag, 27.02.2012

Dauer: 1 Treffen

Zeit: 19.00 - 22.00 Uhr

Gebühr: 7,50 Euro + 5 Euro Kochumlage

Leitung: Petra Zuppa, Fachlehrerin für Textilarbeit, Werken und Hauswirtschaft

Bitte mitbringen: Schürze und Behälter

Kurs-Nr.: 606 - Fischvariationen

für alle, die Fisch besonders köstlich zubereiten wollen. Reizvolle Ideen von leicht und schnell bis raffiniert.

Termin: Montag, 26.03.2012

Termin: Donnerstag, 29.03.2012 -Zusatzkurs

Dauer: 1 Treffen

Zeit: 19.00 - 22.00 Uhr

Gebühr: 7,50 Euro + 10,00 Euro Kochumlage

Leitung: Petra Zuppa, Fachlehrerin für Textilarbeit, Werken und Hauswirtschaft

Bitte mitbringen: Schürze und Behälter

Kurs-Nr.: 608 - Afrikanisch Kochen

Zubereitet wird ein Menü mit Rezepten aus Südafrika, Nigeria und Simbabwe. Lassen Sie sich verzaubern von neuen Kreationen aus frischen Lebensmitteln und Gewürzen.

Termin: Dienstag, 08.05.2012

Termin: Donnerstag, 10.05.2012 -Zusatzkurs

Dauer: 1 Treffen

Zeit: 19.00 - 22.00 Uhr

Gebühr: 7,50 Euro + 5 Euro Kochumlage

Leitung: Petra Zuppa, Fachlehrerin für Textilarbeit, Werken und Hauswirtschaft

Bitte mitbringen: Schürze und Behälter

Kurs-Nr.: 609 - Gaumenfreuden aus Indien

Die indische Küche lebt von aromatisierenden Gewürzen wie Ingwer, Chili, Zimt, Kreuzkümmel oder Safran, kombiniert mit Zutaten wie Linsen, Reis, Gemüse, Kichererbsen bis Fleisch und Fisch. Dabei muss nicht alles scharf sein!

Lassen Sie sich auf die köstliche Vielfalt der Gerichte ein!

Termin: Montag, 11.06.2012

Termin: Dienstag, 12.06.2012 - Zusatzkurs

Dauer: 1 Treffen

Zeit: 19.00 - 22.00 Uhr

Gebühr: 7,50 Euro + 5 Euro Kochumlage

Leitung: Petra Zuppa, Fachlehrerin für Textilarbeit, Werken und Hauswirtschaft

Bitte mitbringen: Schürze und Behälter

Kurs-Nr.: 622 - Schnelle Vollwertküche

Wir bereiten an diesem Abend schnelle und leckere Gerichte aus der Vollwertküche zu.

Termin: Montag, 16.04.2012

Dauer: 1 Treffen

Zeit: 19.15 - 22.15 Uhr

Gebühr: 7,50 Euro + 4,00 Euro Kochumlage

Leitung: Claudia Ruth, Ärztl. gepr. Gesundheitsberaterin (GBB)

Bitte kleine Schüsseln nicht vergessen!

Kurs-Nr.: 624 - Leichte Gerichte vollwertig und lecker

Wir werden an diesem Abend schmackhafte Gerichte aus der vegetarischen Vollwertkost genießen.

Termin: Montag, 18.06.2012

Dauer: 1 Treffen

Zeit: 19.15 - 22.15 Uhr

Gebühr: 7,50 Euro + 4,00 Euro Kochumlage

Leitung: Claudia Ruth, Ärztl. gepr. Gesundheitsberaterin (GBB)

Bitte kleine Schüsseln nicht vergessen!

630 - Sushi satt!!!

Sushi für zu Hause, um Neues auszuprobieren und Erfahrungen zu teilen

Termin: Mittwoch, 08.02.2012

Dauer: 1 Treffen

Zeit: 19.00 - 22.30 Uhr

Gebühr: 10,00 Euro + 10,00 Euro Kochumlage

Leitung: Satomi Daida

Japanische Küche

Kurs-Nr.: 642

Brot- und Brotaufstriche

Lecker duftet das selbstgebackene Brot aus dem Ofen... Noch warm gegessen mit den selbstgemachten phantasievollen Aufstrichen, ein herzhafter Genuss, nicht nur zum Frühstück.

Termin: Donnerstag, 15.05.2012

Dauer: 1 Treffen

Zeit: 19.00 - 22.00 Uhr

Gebühr: 7,50 Euro + Kochumlage

Leitung: Nina Biermann, Dipl.-Oecotrophologin

Kurs-Nr.: 643

Orientalische Küche

Ein Abend wie aus 1001 Nacht: Falafel und Tabouleh sind nur zwei der klassischen Speisen aus dem Orient. Erleben Sie die Vielfalt der aromatischen Gewürze und Zutaten,

die den Gerichten den exotischen Geschmack verleihen. Wir starten mit Mezze, den Vorspeisen und enden mit den köstlichen Desserts des Morgenlandes.

Termin: Donnerstag, 26.04.2012

Dauer: 1 Treffen

Zeit: 19.00 - 22.00 Uhr

Gebühr: 7,50 Euro + Kochumlage

Leitung: Nina Biermann, Dipl.-Oecotrophologin

Kurs-Nr.: 651 - Strudelvariationen mal süß und auch pikant

Termin: Donnerstag, 15.03.2012

Dauer: 1 Treffen

Zeit: 19.00 - 22.00 Uhr

Gebühr: 7,50 Euro + 7,50 Euro Kochumlage

Leitung: Nathalie Simon-Hinz, Diätassistentin

Bitte mitbringen: Schürze und Behälter

Kurs-Nr.: 686 - Alpenländische Spezialitäten

Wir kochen Köstlichkeiten aus drei verschiedenen Alpenregionen in Deutschland, der Schweiz und Österreich

Termin: Dienstag, 24.01.2012

Dauer: 1 Treffen

Zeit: 19.00 - 22.00 Uhr

Gebühr: 7,50 Euro + ca. 10,00 Euro Kochumlage

Leitung: Toni Gödde, Koch und Ausbilder

Bitte mitbringen: Schürze und Behälter

Kurs-Nr.: 687 - Verwöhnmenü zum Valentinstag

Kochen mit/für die Liebsten zum Valentinstag: was Besonderes, was zum Genießen und was, um den Gaumen zu erfreuen

Termin: Dienstag, 07.02.2012

Dauer: 1 Treffen

Zeit: 19.00 - 22.00 Uhr

Gebühr: 7,50 Euro + ca. 10,00 Euro Kochumlage

Leitung: Toni Gödde, Koch und Ausbilder

Bitte Schürze und Behälter mitbringen

Kurs-Nr.: 688 - Frühlingshafte Kräuterküche

Machen Sie mit mir einen Ausflug ins Grüne. Wir bereiten Gerichte zu, die mit Kräutern noch viel besser schmecken.

Termin: Dienstag, 13.03.2012

Dauer: 1 Treffen

Zeit: 19.00 - 22.00 Uhr

Gebühr: 7,50 Euro + ca. 10,00 Euro Kochumlage

Leitung: Toni Gödde, Koch und Ausbilder

Kurs-Nr.: 689 - Gulasch & Co.

Ob herzhaftes Szegediner-Gulasch oder Putenstreifen in Curry-Früchtesoße: Es geht leichter als man denkt!

Termin: Dienstag, 06.03.2012

Dauer: 1 Treffen

Zeit: 19.00 - 22.00 Uhr

Gebühr: 7,50 Euro + ca. 10,00 Euro Kochumlage

Leitung: Toni Gödde, Koch und Ausbilder

Bitte mitbringen: Schürze und Behälter

Kurs-Nr.: 690 - Roasted Beef - vom richtigen Umgang mit Fleisch

Wie brät man ein Steak? Wie putze ich Fleisch? Wann ist was gar? Oje! Überlagert? Diese und andere Fragen beantworte ich Ihnen an diesem Abend anhand praktischer Beispiele. Mitmachen erlaubt!

Termin: Dienstag, 24.04.2012

Dauer: 1 Treffen

Zeit: 19.00 - 22.00 Uhr

Gebühr: 7,50 Euro + ca. 10,00 Euro Kochumlage

Leitung: Toni Gödde, Koch und Ausbilder

Bitte mitbringen: Schürze und Behälter

Kurs-Nr.: 691 - Mediterran - kochen rund ums Mittelmeer

Bereisen Sie mit mir zusammen das Mittelmeer und erleben Sie, wie leicht und wunderbar diese Küche sein kann.

Termin: Dienstag, 22.05.2012

Dauer: 1 Treffen

Zeit: 19.00 - 22.00 Uhr

Gebühr: 7,50 Euro + ca. 10,00 Euro Kochumlage

Leitung: Toni Gödde, Koch und Ausbilder

Bitte mitbringen: Schürze und Behälter

