

## Koch- und Klönabend\*

Heute Abend werden wir im gemütlichen Rahmen kleine Gerichte, Snacks sowie Getränke zubereiten und viel Zeit zum Klönen haben.

**Termin:** Mittwoch, 27.01.2021 18:30-22:00 Uhr

Kosten: 30,00 €

## Cake-Challenge\*

für BäckerInnen im Alter von 9-14 Jahren  
Gemeinsam stellen wir viele Cupcakes und Cookies her, die wir kreativ und dekorativ verzieren. Natürlich werden wir unsere Ergebnisse auch probieren und trinken einen selbstgemixten Fruchtsaftcocktail dazu.

**Termin:** Dienstag, 02.02.2021 14:30-17:30 Uhr

Kosten: 13,00 €

## Getreide Power

„Körnerküche“, wie vor ein paar Jahren noch abfällig gesagt wurde, ist inzwischen „voll im Trend“.

Gerichte mit Dinkel, Couscous, Bulgur und Hirse sind das Thema des heutigen Abends.

**Termin:** Mittwoch, 03.02.2021 18:30-21:30 Uhr

Kosten: 47,00 €

## Indische Küche

Indisch kochen kann so einfach sein – heute Abend gibt es die Rezepte dazu. Wir kochen mit Geflügel und Lamm, aber auch vegetarisch und vegan.

**Termin:** Mittwoch, 10.02.2021 18:30-22:00 Uhr

Kosten: 47,00 €

## Der „Braten mit Soße“ Kochkurs

Auf vielfachen Wunsch gibt es in diesem Winter wieder einen „Grundlagenkurs“, an dem wir verschiedene Braten mit Soßen und Beilagen

zubereiten werden. Es wird Braten vom Weiderind, Strohschwein und Weideochsen geben.

**Termin:** Samstag, 13.02.2021 9:00-14:00 Uhr

Kosten: 49,00 €

## Rouladen & Wraps – vielfältige Röllchen

„Gerolltes“ ist wunderbar vielfältig! Wir werden neben dem Klassiker „Rinderrouladen“ auch vegetarische Rouladen und Wraps zubereiten.

**Termin:** Mittwoch, 17.02.2021 18:30-22:00 Uhr

Kosten: 30,00 €



in Heinemann`s Seminarraum mit  
Dörthe Mittelsteiner und Elvira Thörner

Ein Abend voller Kreativität erwartet Euch/Sie!  
Mit dem Blick auf Weihnachten fertigen wir aus Papier, Stempeln & Stanzen schöne Dinge, die glücklich machen, in Kombination mit anderen Materialien (z.B. Holz/Glas).

**Termin:** Montag, 23.11.2020 19:00-22:00 Uhr

Die Kursgebühr von 7,00 € ist bei Anmeldung zu entrichten.

Die Materialkosten in Höhe von 12,00 € werden am Kreativabend eingesammelt.



Herbst / Winter

2020/2021



... gemeinsam genießen!

# Die neuen Kurse sind da!

Anmelden können Sie sich bis jeweils sieben Tage vor Kursbeginn bei:

Bettina Heinemann  
Neuenweger Reihe 18  
27798 Wüsting  
Tel: 0 44 84-95 82 18  
Mobil: 0 17 5-94 33 564  
e-mail: bettina@hofheinemann.de

*Die Geschenkidee:  
Ob Geburtstag oder  
Weihnachten, ein  
Kochabend ist eine  
gute Idee!*

## So melden Sie sich an:

Melden Sie sich bitte bei mir und erfragen, ob in Ihrem Wunschkurs noch ein oder mehrere Plätze frei sind. Nach positiver Rückmeldung warten Sie, bis Sie von mir eine Rechnung erhalten. Erst dann überweisen Sie den Betrag unter Angabe der Rechnungsnummer und Namen des Kurses auf:  
IBAN: DE41 2806 2249 0042 8701 01  
BIC: GENODEF1HUD

## Rücktrittsbedingungen:

Bei einem Rücktritt von weniger als 7 Tagen vor Kursbeginn oder Nichterscheinen ist die gesamte Kursgebühr fällig. Die Ausfallgebühr entfällt, wenn Sie eine/n ErsatzteilnehmerIn stellen.

## Corona Infos

Wir kochen in unserer gut gelüfteten Seminar-küche, bitte ggf. etwas wärmer anziehen!  
Um den Mindestabstand einhalten zu können, ist die Teilnehmerzahl derzeit in der Regel auf 5 Personen beschränkt.  
An Kursen die mit \* gekennzeichnet sind, können bis zu 9 Personen teilnehmen, da das Thema des Kochevents es uns ermöglicht, in zwei Gruppen oder im Seminarraum zu arbeiten.

## Brot backen\*

Heute backen wir Brot. Es wird mit Hefe und Sauerteig gearbeitet. Die Rezepte sind leicht nachzumachen und absolut für den „Hausgebrauch“ geeignet. Außerdem werden wir verschiedene Brotaufstriche herstellen.

**Termin 1:** Sonntag, 25.10.2020 9:30 - ca. 13:30 Uhr  
**Termin 2:** Samstag, 09.01.2021 9:30 - ca. 13:30 Uhr  
**Termin 3:** Samstag, 20.02.2021 9:30 - ca. 13:30 Uhr  
Kosten je Vormittag: 30,00 €

## Gemeinsames Kekse backen mit großen und kleinen Leuten\*

- für Kinder im Kindergartenalter mit Begleitung durch einen Erwachsenen
  - für Kinder im Grundschulalter ohne Begleitung
- Termin:** Mittwoch, 02.12.2020 15:00-17:30 Uhr  
Kosten: 15,00 €  
(pro Kind, Geschwisterkinder: 9,00 €)

Bitte unbedingt Keksdosen mitbringen, damit die Kekse mit nach Hause genommen werden können

## Männerkochabend

Einsteiger oder Kochinteressierte finden hier kulinarische Genüsse am Herd. Gemeinsam wollen wir viele verschiedene Rezepte ausprobieren. Dazu biete ich verschiedene Termine an:  
**Termin 1:** Dienstag, 26.01.2021 18:30-22:00 Uhr  
Thema: Gyros, Tzaziki & Co  
**Termin 2:** Mittwoch, 10.03.2021 18:30-22:00 Uhr  
Thema: Tortillas, Chilli & Mais – Fiesta Mexicana  
**Termin 3:** Dienstag, 09.03.2021 18:30-22:00 Uhr  
Thema: Burger Night  
Kosten pro Abend: 45,00 €

## Koch- und Klönvormittag für Senioren\*

Dieser Termin ist für Senioren jeden Alters, die Lust haben, einmal in einer Gruppe zu kochen, dabei zu klönen und dann gemeinsam zu essen.

**Termin 1:** Mittwoch, 16.12.2021 9:00 - 12:30 Uhr  
Thema: Weihnachtsgeschenke aus der Küche  
**Termin 2:** Mittwoch, 03.02.2021 9:00 - 12:30 Uhr  
Thema: Kleine, schnelle Gerichte  
**Termin 3:** Mittwoch, 10.03.2021 9:00 - 12:30 Uhr  
Thema: Moderne Eintöpfe  
**Termin 4:** Mittwoch, 14.04.2021 9:00 - 12:30 Uhr  
Thema: Fisch – gebraten und überbacken  
**Termin 5:** Mittwoch, 12.05.2021 9:00 - 12:30 Uhr  
Thema: Saisongemüse aus dem Garten  
Kosten: 25,00 €

## „One Pot Gerichte“

Abwasch adé! Für unsere leckeren One-Pot-Rezepte braucht man nur wenig Kochgeschirr. Denn in einem Topf köcheln Gemüse, Fleisch, Fisch sowie Nudeln, Reis oder Kartoffeln alleine vor sich hin. Kochen war noch nie so einfach, lecker und abwechslungsreich!  
**Termin:** Dienstag, 12.01.2021 18:30-21:30 Uhr  
Kosten: 45,00 €

## Partyrezepte und Fingerfood aus Blätterteig\*

Blätterteig-Snacks sind vielseitig in ihrer Zubereitung, der Star auf Partys und super für Buffet oder Brunch. Heute probieren wir viele Rezepte aus und stellen unter anderem Quarkblätterteig selber her.  
**Termin:** Dienstag, 19.01.2021 18:30-21:30 Uhr  
Kosten: 28,00 €

Kochen ist Glück!