LIEB | EGG

KANTON AARGAU

Weiterbildungsangebote Ernährung und Küchenpraxis auf einen Blick

Januar bis Juni 2024

Informationen / Anmeldung:

www.liebegg.ch/weiterbildung

kurse@liebegg.ch

062 855 86 15 / 55

Die Kurse finden am LZ Liebegg in Gränichen statt.

LANDWIRTSCHAFTLICHES ZENTRUM

Weiterbildungsangebote Ernährung auf einen Blick

21.02.2024
18.30 - 21.00 Uhr

Schnell etwas Gesundes auf den Tisch

Sie lernen Möglichkeiten und Ideen kennen, wie Sie für sich und Ihre Familie in kurzer Zeit ein gesundes Menü kreieren können. Blitz-Gerichte, Menüs mit selber voraus gekochten Zutaten oder auch mit gekauften Halbfertigprodukten.

02.03.2024
08.30 - 13.30 Uhr

Zart gegart. Alles vom Tier verwenden und geniessen

Sie sind interessiert, alles vom Tier zu verwenden, vom Kopf bis Schwanz, aber wie? Sie lernen verschiedene Schmorgerichte kennen und kochen eine Kraftsuppe. Wir bereiten zudem nicht alltägliche Stücke zu, wie zum Beispiel Leber oder Zunge.

13.03.2024
09.00 - 15.00 Uhr

Knuspriges Brot aus dem eigenen Ofen (Grundlagen)

Feines und knuspriges Brot aus dem eigenen Ofen macht schon beim Backen Freude - erst recht beim Geniessen. Mit den wichtigen Grundregeln und dem Fachwissen aus diesem Kurs gelingt Ihr Brot noch besser.

23.03.2024
09.00 - 15.00 Uhr

Weggli, Brioches, Laugenbrötli und andere Kleingebäcke aus Hefeteig

Kleingebäcke aus Hefeteig: von hell und buttrig bis dunkel oder vollkornig. Verarbeitung von Teigen mit hohem Butteranteil. Die spezifischen Gebäck-Formen kennenlernen und Teiglinge entsprechend verarbeiten.

16.05.2024
18.30 - 22.30 Uhr

Combisteamer perfekt nutzen

Die heutigen Combi-Dampfgarer bieten vielfältige Möglichkeiten. Wir geben eine Übersicht und bereiten von der Vorspeise bis zum Dessert gluschtige Gerichte im Combisteamer zu. Tipps und Tricks und das gemeinsame Geniessen gehören ebenfalls dazu.

07.06.2024
09.00 - 12.00 Uhr

60+ Gesund bleiben mit ausgewogener Ernährung

Auch im Alter gesund essen – aber wie und was genau? Schon ab 50-60 Jahren verändert sich der Stoffwechsel. Der praxisnahe Kurs vermittelt die wichtigsten Grundlagen und gibt Hinweise für die konkrete Umsetzung einer genussvollen und ausgewogenen Ernährung im Alltag.