

# Ferienkochkurse für Kinder ab 7 Jahren

Referentinnen: Alexandra Böhm, Brigitte Reithmeier

Kosten: 15 Euro

Beginn: Jeweils von 10:00 -12:30 Uhr

Montag, 03.08.2020

## Funny Names

**Apfel im Schlafrock begegnet Armen Ritter** 😊 📺 📺

Lustige Namen für leckere Satt-Macher wie Ofenschlupfer, Windbeutel & Co

Dienstag, 04.08.2020

**Finger-Food = Essen ohne Besteck** 🍷 🍷 🍷

Kleinigkeiten zum Mitnehmen, prima fürs Picknick und fürs Schwimmbad



©congerdesign-Pixabay.com

Beratungsstelle Ingolstadt  
Kupferstraße 24, 85049 Ingolstadt  
Tel. 0841/95159990, Fax. 0841/95159995  
[ingolstadt@verbraucherservice-bayern.de](mailto:ingolstadt@verbraucherservice-bayern.de)  
[www.verbraucherservice-bayern.de](http://www.verbraucherservice-bayern.de)

Die Mitglieder des KDFB erhalten bei Kochkursen eine Ermäßigung von 5 Euro!



VerbraucherService  
Bayern im KDFB e.V.



© www.pexels.com

## Spaß am Kochen

Frühjahr / Sommer 2020

Beratungsstelle Ingolstadt

WIR BERATEN SIE UNABHÄNGIG UND KOMPETENT. ÜBERALL IN BAYERN.

# Kochkurse

In kleiner Gruppe mit 8 Teilnehmern

Kosten: Jugendliche bis 20 Jahre 20 Euro, Erwachsene 25 Euro

Beginn: Jeweils von 18:30 Uhr – 21:30 Uhr

Freitag, 13.03.2020

## It's easy to cook I

Schritt für Schritt die Kunst des Kochens lernen.

Referentin: Brigitte Reithmeier

Die Einsteigerkochkurse können zusammen oder auch einzeln gebucht werden.

Freitag, 27.03.2020

## Österliche Fastenzeit in Äthiopien

Lassen Sie sich von äthiopischen Fastenspeisen verzaubern! (vegan)

Referentin: Michaela Peringer

Freitag, 24.04.2020

## Blitzrezepte für Genießer

Wenig Zeit, viel Geschmack und ratz fatz gekocht - das geht!

Referentin: Brigitte Reithmeier

Dienstag, 16.06.2020

## Savoir-vivre: Ein Hauch von Südfrankreich

Ein leichtes vegetarisches Menü für laue Sommerabende

Referentin: Michaela Peringer

Freitag, 20.03.2020

## It's easy to cook II

Kochen lernen ist nicht schwer mit Tipps und Tricks vom Profi.

Referentin: Brigitte Reithmeier

Freitag, 03.04.2020

## Der Darm - unser 2. Gehirn

„Darmfreundlich“ kochen und sich einfach wohlfühlen

Referentin: Brigitte Reithmeier



Dienstag, 19.05.2020, 9.00 Uhr

## Die Extraportion Eiweiß

Schnelle Hülsenfrüchte für den Familienalltag (vegetarisch)

Referentin: Michaela Peringer

Freitag, 10.07.2020

## Heute bleibt die Küche kalt

Wir trotzen der Hitze mit nährstoffreicher Frischkost (vegetarisch)

Referentin: Michaela Peringer

# Kochkurse für Kinder ab 7 Jahren

Referentin: Brigitte Reithmeier

Kosten: 15 Euro

Beginn: Jeweils von 10:00 - 12:30 Uhr



© Pezibear- Pixabay.com

Dienstag, 07.04.2020

## Rund ums Osterfest 🐰🐰🐰

Backen für die Ostertage mit frischem Osterfladen und allerlei Hasenrezepten

Dienstag, 02.06.2020

## (Erd)beer - Hunger? 🍓🍓🍓

Bunte Vitaminbomben, süße Früchtchen – soo lecker!

Für alle Kurse ist eine Voranmeldung notwendig!

Wir bitten Sie zu den Kochkursen eine Schürze und kleine Dosen für die Mitnahme von Speisen mitzubringen!

# Mit Freunden kochen mit Freude genießen

Individuelle Kochkurse – von 6 bis 99 Jahren

Geburtstags-Kochkurse – für Erwachsene

Geburtstags-Kochkurse – für Kinder

Wir verfügen über eine gut ausgestattete Küche, wir kaufen ein, Sie kochen gemeinsam mit einer Expertin und mit Ihren Freunden!

Für Gruppen mit maximal 8 Teilnehmern

Kosten: 120 Euro plus die Lebensmittelkosten