

Kochen am Abend

Ernten – kochen – schlemmen



Die Frühlingsküche

Leicht – kreativ – lecker

Endlich sprießt und wächst es wieder auf dem Gemüseacker und in den Folienhäusern. Frische Kräuter, knackige Salate und das erste feine Gemüse stehen für uns bereit.

Wir ernten gemeinsam und bereiten dann zusammen ein leckeres Frühlings-Bufferet zu: vegan – vegetarisch – mit Fleisch – für jeden Geschmack etwas.

Wir freuen uns über den tollen Eigengeschmack des Gemüses, kochen leicht und unkompliziert und lassen uns von der Idee der Buddha Bowles inspirieren. Selbstverständlich nehmen Sie alle Rezepte mit nach Hause.

Soweit möglich sind die Zutaten von unserem Hof, auf alle Fälle verkochen wir ausschließlich Bio-Produkte.

Wir genießen unser Bufferet mit einem leckeren Wein oder Saft und lassen den Tag gemütlich ausklingen.

Termin: Donnerstag, 14. Mai 2020 von 18 bis ca. 22 Uhr

Kosten pro Person: 65 Euro

Kursleitung: Maria Perktold-Heinrich, begeisterte Köchin und Bio-Bäuerin

Veranstaltungsort: Heinrich Hof, Obrigheim, Langerainstr. 26

Die irakische Küche

Authentisch – sinnlich – vegetarisch

Unsere Köchin Kawther verwöhnt uns regelmäßig mit Leckereien aus ihrer Heimat. Mit ihr zusammen wollen wir einige typische irakische Spezialitäten zubereiten:

* PaPa Kanug (Auberginencreme)

* Bulgursalat und fein gewürzter Reis

* Hummus und Falafel

* Börek

* Baklava

Ein sinnliches Erlebnis in jeder Beziehung. Auberginen, Paprika und Tomaten ernten wir zusammen frisch in unserem Folienhaus. Dann wird geschnippelt, gekocht, gerührt, gewürzt. Am Ende genießen wir zusammen alle Leckereien mit einem leckeren Wein oder Saft und lassen den Tag gemütlich ausklingen.

Termin: Donnerstag, 25. Juni 2020 von 18 bis ca. 22 Uhr

Kosten pro Person: 65 Euro

Kursleitung: Kawther Zubaidi, begeisterte Köchin, verheiratet und Mutter von zwei Kindern

Veranstaltungsort: Heinrich Hof, Obrigheim, Langerainstr. 26

**Kursanmeldung bitte an heinrichhof@gmx.de oder telefonisch unter 06261-7763
www.heinrichhof.de**

(Foto: pixabay)