

Anzeige



**KOCH  
KLASSE!**

Die Kochschule der VHS Kaiserslautern



## Unsere VHS-Kochschule

### Lust auf Kochen!

Die Küche war schon immer der schönste Platz im Haus: Hier wartet köstliches Essen, man trifft sich zu einem Glas Wein, redet und tratscht miteinander. Am besten ist es natürlich, wenn man gemeinsam kocht. So ist es auch kein Wunder, dass Kochen, Essen und Genießen zu den liebsten Freizeitbeschäftigungen zählen – und das weltweit.

Bei den Kochevents in unserer neu modernisierten, erstklassig ausgestatteten VHS-Kochschule können Sie nicht nur neue internationale und altbekannte heimische Rezepte erlernen, sondern auch die eigene Kochtechnik verbessern oder neue Freundschaften schließen. Oder Sie bringen Freunde und Bekannte gleich mit!

Die vorliegende Broschüre gibt Ihnen einen Überblick über unser Angebot an möglichen Kochkursen. Außerdem möchten wir Sie dazu animieren, unsere vielfältigen Möglichkeiten rund um das Kochen kennenzulernen. Ganz gleich ob Sie als Single, als Paar, als Teil einer großen Gruppe zum „Mitarbeiter-Event“ oder zur eigenen „Geburtstagsfeier“ kommen. Unsere aktuellen Kochkurse finden Sie im VHS-Programmheft oder auf unserer Webseite unter [www.kochklasse.de](http://www.kochklasse.de).

Wir laden Sie ein, unter Anleitung unserer erfahrenen Dozenten und in lockerer Atmosphäre vielfältige kulinarische Kreationen gemeinsam mit anderen zuzubereiten und zu genießen. Ganz nach unserem Motto: Koch Klasse!

Michael Staudt  
Direktor der VHS Kaiserslautern



## Unsere VHS-Kochschule

### Kochen über den Dächern der Altstadt

Ein offener, lichtdurchfluteter Raum, ausgestattet mit modernster Technik, ermöglicht das Kochen in Gruppen von bis zu 14 Personen. In unserer großzügigen Inselküche kann sich jede/r entfalten und erhält Tipps vom Profi, um die eigenen Kochkünste zu verfeinern. Genießen Sie im Anschluss gemeinsam die kulinarische Vielfalt in netter Gesellschaft an einer stilvollen Tafel.



#### Die Ausstattung unserer Kochschule:

##### Küchenbereich

- Große Kochinseln mit vier großen Induktionskochfeldern, zwei Gasherden inkl. Wokbrenner und vier Backöfen (inkl. Dampfgarer und Mikrowelle)
- Arbeitsbereiche rund um die Kochinsel mit Arbeitsfläche, vier Spülbereiche zum Waschen von Gemüse etc.
- Zwei Gastro-Geschirrspüler, Edelstahl-Kühl-Gefrierkombination mit Eswürfelfbereiter, zwei Weinkühlschränke, Kaffeevollautomat

##### Essbereich

- Große Holztische für bis zu 14 Personen
- Mediale Ausstattung wie Flipchart, Musikanlage mit Bluetooth, Multi-Media Touchscreen und weitere audiovisuelle Geräte auf Anfrage



#### Kochen kann jede und jeder

Lassen Sie sich überraschen, wie schnell und einfach Sie genussvolles, gesundes und leckeres Essen zubereiten können. Hier erhalten Sie Tipps, um Schritt für Schritt unter fachkundiger Anleitung Ihr Wissen zu erweitern. Grundlegende Techniken werden verständlich am Herd erklärt und die Ergebnisse gemeinsam genossen. Unsere Kochkurse sind anregend, inspirierend und sprechen alle Sinne an. Lassen Sie sich überraschen und entföhren in die Welt des Kochens!

#### Technik und Geräte-Erlebnis

Unsere moderne VHS-Kochschule ist mit modernster Technik namhafter Firmen ausgestattet. Erleben Sie die Produktvielfalt und lernen Sie die unterschiedlichsten Bedienmöglichkeiten kennen.

#### Kontakt für Anfragen:

Susanne Zens  
Telefon 0631 36258-13  
susanne.zens@vhs-kaiserslautern.de

#### Infos

max. 14 Teilnehmer  
nach Absprache  
€ ab 38,-

### Genial einfach, rundum lecker!

Mit genauen Anleitungen, kleinen Tricks und praktischen Tipps lassen sich viele Gerichte leicht umsetzen. Scheuen Sie sich nicht davor, die Herausforderung anzunehmen. Denn Kochen zu lernen ist kein Problem – wenn man die richtigen Rezepte kennt und einige Grundlagen erlernt hat.

#### Selbstgemachte Pasta & Soße

Sie stellen Ihren Nudelteig und die verschiedenen Nudelsorten wie Spaghetti, Bandnudeln und Ravioli selbst her. Dazu servieren wir frisch zubereitete Soßen und Pesto. Und auch die selbstgemachte Gemüse-Lasagne darf nicht fehlen.

#### Gemüse & Blätter mit Füllung

Wirsing, Weißkraut, Weinblätter, Chicorée, Zucchini, Auberginen: Wir füllen alles – mit und ohne Fleisch! Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.

#### Einfache Fischgerichte & Beilagen

Lernen Sie das Filetieren und die Zubereitung von frischem Fisch in verschiedenen Variationen. Von der französischen Fischsuppe bis zu Lachs im Salzmantel. Die passenden Beilagen und Soßen inklusive.

#### Dressings, Marinaden und Buttersoßen

Wer kennt Sie nicht, die Mayonnaise, die Sauce Hollandaise, die Vinaigrette? Diese Küchenklassiker kommen oftmals zuhause und leider auch in manchem Restaurant aus der Tüte. Nach dem Motto „Selbst gemacht ist einfach besser“ lernen Sie hier Rezepte und Zubereitung inklusive vieler toller Anwendungsbeispiele.

#### Antipasti & Tapas

Leckere Antipasti wie beim Italiener oder aus dem letzten Sommerurlaub: Hier lernen Sie mit mariniertem Gemüse,

Crostini, Mozzarella Caprese und Vitello Tonnato und den beliebten Tapas, den mediterranen Köstlichkeiten aus dem Mittelmeer, wie z.B. Pimientos de Padron, Datteln im Speckmantel, Chorizo und Co. herzustellen.

#### Grundlagen der Suppenküche

Hier gibt es die Erklärung, wie man Brühen („Bouillons“ vom Rind, „Fonds“ von Geflügel, Wild und Fisch) als Grundlage zur Zubereitung klassischer klarer und gebundener Suppen herstellt.



#### Kontakt für Anfragen:

Susanne Zens  
Telefon 0631 36258-13  
susanne.zens@vhs-kaiserslautern.de

#### Infos

max. 14 Teilnehmer  
siehe VHS-Programm  
€ ab 38,- pro Person



## Schnelle & einfache Küche

### Es muss nicht immer Junk-Food sein!

Nicht jedes Mittag- oder Abendessen besteht aus drei Gängen. Vor allem unter der Woche, wenn man von der Arbeit nach Hause kommt oder wenn man für sich alleine kocht. Meist erfüllt eine Tiefkühlpizza oder ein mitgebrachter Burger seinen ungesunden Zweck. Doch das muss nicht sein. Was Sie wissen sollten, wenn es beim Kochen schnell und einfach gehen soll, erfahren Sie in diesen Kursen!

#### **Kochkurs für Männer (Einsteiger)**

Der Kurs soll Männer ermutigen, sich mit dem Kochen zu beschäftigen. Grundsätzliche Infos über die unterschiedlichen Formen der Zubereitung von Nahrungsmitteln in Verbindung mit entsprechenden praktischen Übungen. Es werden einfache Gerichte zubereitet, mit denen der angehende „Jungkoch“ dann seine Familie überraschen kann.

#### **Schnelle Vegetarische Küche**

Hier lernen Sie eine leckere, gesunde und schmackhafte Küche zubereitet aus viel frischem Obst und Gemüse kennen. Alle Gerichte können ohne großen Aufwand zuhause nachgekocht werden.

#### **Kochen für Singles (Ein-Personen-Haushalte)**

Kochen für eine Person und nichts bleibt übrig! Auch in einem Ein-Personen-Haushalt kann man sich ohne Aufwand facettenreich und gesund ernähren. Abwechslungsreiche, einfache Gerichte ohne viel Zeitaufwand.

#### **Kochen für Berufstätige**

Sie sind ausgelaugt nach einem langen und stressigen Arbeitstag, fühlen sich träge, energielos und müde? Sie möchten am liebsten die Füße hochlegen und eine Pizza direkt bis zum Sofa bestellen? Wenn Sie wertvolle Zeit einsparen und dennoch vollwertig, gesund und schmackhaft kochen möchten, laden wir Sie mit diesem Kurs herzlichst ein.



#### **20-Minuten-Küche**

Schnell und raffiniert ist kein Widerspruch, wenn es um die Alltagsküche geht. Hier geht es um leckere und gesunde Gerichte mit nur 20 Minuten Zubereitungszeit. In diesem Kurs kochen wir unkompliziert, alltagstauglich und einfach lecker. Und wir beweisen, dass gutes Essen keine Frage der Zubereitungszeit ist.

#### **Kontakt für Anfragen:**

Susanne Zens  
Telefon 0631 36258-13  
susanne.zens@vhs-kaiserslautern.de

#### **Infos**

max. 14 Teilnehmer  
siehe VHS-Programm  
€ ab 38,- pro Person



## Für Gourmets & Fortgeschrittene

### Das Beste für Feste & Gäste.

Wenn Feiertage oder Familienfeste nahen, steigt die Unruhe, was denn diesmal auf den Tisch kommt. Dabei müssen es nicht immer extravagante Zutaten oder ausgefallene Gerichte sein. Manchmal reicht es, Altbekanntes mit Perfektion zuzubereiten oder ein wenig liebevoller anzufrachten. Sicher ist: Nach diesen Kursen kochen Sie Ihren Gästen ein Lächeln aufs Gesicht!

#### **Festagsmenü**

Hier erhalten Sie köstliche Menüvorschläge mit austauschbaren Varianten. So können Sie nach eigenem Geschmack und Vorbereitungszeit Ihr persönliches 3-4 Gang-Menü zusammenstellen. Krönender Abschluss ist ein raffiniertes Dessert.

#### **Vom Entrée zum Dessert: Die klassische Speisenfolge**

Wir bereiten ein Viergang-Menü zu, sowohl mit Fleisch, als auch begleitet von einer fleischlosen Variante, mit einem kleinen Exkurs in die Küchensprache Französisch.

#### **Große Knödel-Liebe mit „evchenkocht“**

Sie haben ein Herz für Knödel? Bereiten Sie gemeinsam mit Eva Wagner alias Evchen gelingsicher leckere Knödel selbst zu. Gerade in der kalten Jahreszeit kann man wirklich guten Knödeln kaum widerstehen. In diesem Kurs lernen Sie unter anderem den Klassiker Serviettenknödel, gedämpfte Knödel sowie auch eine süße Knödelvariante und jede Menge Tipps und Tricks zu den runden Lieblingen kennen. Nicht nur geeignet für anstehende Fest- und Feiertage, sondern auch toll zum Vorbereiten.

#### **Das perfekte Dinner – Harmonie von Speisen & Wein**

Gerade zu besonderen Anlässen wie bei Familienfesten und an Feiertagen soll bei Essen alles stimmen. In diesem Kurs bereiten wir ein leckeres Drei-Gänge-Weihnachtsmenü zu und beschäftigen uns auch mit den korrespondierenden Weinen zu jedem Gang, von Aperitif bis zum Dessertwein.



#### **Fingerfood**

Hier ein Röllchen, da ein bunter Spieß oder klassische Hackbällchen - mit leckerem Fingerfood können Sie Ihre Gäste im Nu um den Finger wickeln. Verführerische Delikatessen im Kleinformat. Mediterran, vegetarisch oder mit Fleisch und als Dessert.

#### **Kontakt für Anfragen:**

Susanne Zens  
Telefon 0631 36258-13  
susanne.zens@vhs-kaiserslautern.de

#### **Infos**

max. 14 Teilnehmer  
siehe VHS-Programm  
€ ab 38,- pro Person

### Grundbildung in der Küche

Die Küche ist weltweit in vielen Haushalten ein wichtiger Lebensraum und ein Ort kulturellen und sozialen Austausches. Hier spielt sich das soziale und kommunikative Leben ab, welches sich in Geschmack, Wohlbefinden und einem freundlichen Miteinander ausdrückt.



#### Unsere Grundbildungs-Angebote in der Küche:

- Kulturelle Verständigung, Kochen als internationale Sprache der gemeinsamen Verständigung
- Gruppendynamik (Ausbildung von Grundkompetenzen, wie bspw. Kommunikationsfähigkeit)
- Sprache alltagstauglich ausprobieren und üben
- Themenübergreifendes Lernen
- Informelles Lernen ohne (bürokratische) Hürden
- Gesunde und bewusste Ernährung als Grundkompetenz mit der Fähigkeit ein konstruktives Preis-Leistungs-Verhältnis zu schaffen

#### Kontakt für Anfragen:

Johannes Schmitt  
Telefon 0631 36258-24  
johannes.schmitt@vhs-kaiserslautern.de

#### Infos

max. 14 Teilnehmer  
siehe VHS-Programm  
€ ab 28,- pro Person

#### Kultur ist Ernährung – Ernährung ist Kultur

Essen ist neben dem Luftholen der erste aktive Bezug des Menschen zu seiner Umwelt und damit die erste soziale Beziehung überhaupt! Das Essen kann somit als Grundlage menschlichen Zusammenlebens betrachtet werden.

Ganz gleich ob man aus Afrika, Asien, Amerika oder Europa kommt: Jede Gemeinschaft hat ihre eigene Sprache, ihre eignen Bräuche und damit auch ihre eigene Esskultur. So kann man sich durch das Entdecken und Teilen dieser neuen Esskulturen der ganzen Welt öffnen und sich auf eine Reise begeben.

#### Kochen und Grundbildung

Ein Rezept zu lesen, eine selbst geschriebene Einkaufsliste in ein leckeres Gerichte zu verwandeln und mit anderen gemeinsam zu genießen, ist etwas Wunderbares.

Gemeinsam zu kochen hilft nicht nur dabei zu erlernen, sich gesund zu ernähren. Es ist auch eine Möglichkeit, zu teilen, sich zu entspannen und in Gesellschaft aufzublühen. Kochen ist somit eine internationale Sprache, die soziale Bindungen stärkt, weil man sich in angenehmer Atmosphäre austauscht und das kulinarische Ergebnis miteinander teilt.



### Verbinden Sie das Kochen mit einem Sprach- oder Kulturabend.

Essen und Trinken stehen oftmals im Zentrum von Alltagssprache. Für einen Essensfan gibt es kein besseres Wörterbuch als die Speisekarte in einem Restaurant oder das Rezept einer Lieblingspeise. Es ist bereichernd, Traditionen, fremde Kulturen und deren Gerichte zu entdecken. Das gemeinsame Kochen und Essen ist die einfachste Möglichkeit, eine Sprache zu lernen und Menschen zu treffen. Beispiele gefällig?

#### Afternoon Tea – Eine englische Teestunde

Trotz turbulentem Brexit lassen wir uns einen gemütlichen „British Afternoon Tea“ mit Scones und Clotted Cream, Gurken-Sandwiches und anderen typisch britischen Kleinigkeiten nicht nehmen und frischen dabei unsere Englischkenntnisse in anregendem Gespräch auf.

#### Cocina española – Spanische Küche

Typisch spanische Tapas zuzubereiten, Paella zu kochen und dabei gleich Ihre schon vorhandenen Spanischkenntnisse anzuwenden und zu erweitern – das erwartet Sie hier: ¡E Viva l' español!

#### Tempura (Knusprige Fries) – Japanische Küche

Tempura zählt zu einer der bekanntesten Küche Japans. Diese knusprigen Fries im Teigmantel gelten als ein Lieblingsgericht vieler Japaner und vieler internationaler Gäste. Suchen Sie etwas Neues für die kommende Party-Saison? In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie Tempura mit verschiedenem Gemüse, Fleisch und Garnelen selbst herstellen.

#### Bella Italia – Italienische Küche

Der Geschmack nach Sonne, Sommer, und Süden. Die italienische Küche bietet genussvolle Momente. Lassen Sie sich verzaubern von den verschiedenen Antipasti bis hin zur Saltimbocca. Natürlich darf das Tiramisu nicht fehlen.



#### Reise ins Land der Gewürze – Persische Küche

Lassen Sie sich ins kulinarische Reich der Tausend und eine Nacht entführen. Wir machen einen Ausflug in die Persische Küche, erleben den einzigartigen Duft von Basmati-Reis und Gewürzen wie Safran, Kurkuma, Kardamom und Rosenblüten... Unseren Abend starten wir mit einer Tee-Zeremonie und Spezialitäten (Süßigkeit/Knabberei) aus dem Iran. Dann kochen wir zusammen ein mehrgängiges Menü.

#### Kontakt für Anfragen

Pierangelo Calchera M.A.  
Telefon 0631 36258-11  
pio.calchera@vhs-kaiserslautern.de

#### Infos

max. 14 Teilnehmer  
siehe VHS-Programm  
€ ab 28,- pro Person

### Vegetarische, vegane und vollwertige Küche.

Ernährung ist heutzutage viel mehr als bloße Energieaufnahme. Sie ist Ausdruck des Lebensstils und ein persönliches Statement. So gibt es in den letzten Jahren unzählige Trends und Ernährungsweisen, die sich der gesunden und ausgewogenen Ernährung widmen. Denn insbesondere der zu einseitig hohe Fleisch-, Fett- und Zuckerkonsum macht unserer Gesellschaft zu schaffen.

#### Veganes Festmenü

In diesem veganen Kochkurs lernen Sie, wie man aus 100 % pflanzlichen Zutaten besondere Gerichte für einen besonderen Anlass zubereiten kann. Der Fokus liegt neben dem guten Geschmack auch auf einer ausgewogenen veganen Ernährung. Die frischen Zutaten, die wir beim Kochen verwenden sind biologisch, saisonal und bunt. In diesem Kurs geht es also nicht um Verzicht, sondern um geschmackliche Fülle und Vielfalt, die den Speiseplan eines jeden Menschen bereichern wird.

#### Clean Eating (Vollwerternährung)

Unter „Clean-Eating“ versteht man eine Ernährungsweise, die frei ist von künstlichen Zusatzstoffen, Auszugsmehl und Zucker. In diesem Kurs kochen wir gemeinsam leckere Mahlzeiten, die man aus frischen und naturbelassenen Grundzutaten, wie reichlich Gemüse, Obst, wenig Fleisch, Eiern, Nüssen und Vollkornprodukten ohne großen Aufwand herstellen kann. Bei dieser Ernährungsform berücksichtigt man Nachhaltigkeit, Wirtschaftlichkeit und Lebensmittelqualität.

#### Vegetarische indische Küche

Kein anderes Land bietet eine so große Bandbreite an vegetarischen Gerichten wie Indien. Die Vielfalt an Gewürzen wie z. B. Kurkuma, Kardamom oder Bockshornklee und frischen Zutaten machen die indischen Gerichte so köstlich.



#### Kochen mit Kräutern

Entdecken Sie den Genuss der Kräuterküche! Erfahren Sie mehr über Heilkraft, Genuss und Zubereitung von frischen Kräutern. Sie geben den Gerichten mit ihrem delikaten, natürlichen Aroma den richtigen Pfiff und sind zudem noch gesund. In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie Gerichte mit Kräutern aufwerten, oder – je nach Jahreszeit – ganze Kräuter-Menüs zubereiten.

#### Kontakt für Anfragen:

Susanne Zens  
Telefon 0631 36258-13  
susanne.zens@vhs-kaiserslautern.de

#### Infos

max. 14 Teilnehmer  
siehe VHS-Programm  
€ ab 38,- pro Person



### Nette Menschen oder die große Liebe treffen

Liebe geht sprichwörtlich durch den Magen. Zusammen Kochen hat somit gleich mehrere positive Aspekte – und das nicht nur für Singles. Ihre Ernährung wird vielseitiger, da Sie sich auch an neue Rezepte heranwagen. Und Sie können all die leckeren Sachen gemeinsam mit netten Menschen genießen. Ganz gleich, ob Sie Single sind und einen Partner suchen, Ihre große Liebe schon gefunden haben oder neue Bekanntschaften suchen. Gemeinsam Kochen und Essen verbindet immer!

#### Blinde Date am Herd

Sechs Frauen treffen am Herd auf sechs Männer. Wir bieten die Möglichkeit neue, interessante Menschen auf unkomplizierte Art und Weise kennenzulernen, mit ihnen ins Gespräch zu kommen, Kontakte zu knüpfen und Freunde oder vielleicht sogar einen Partner zu finden. Nicht nur die Koch-Paare, sondern auch die Gerichte aus Asien, Italien, Frankreich und Deutschland werden per Los zugeteilt.

#### Dinner for Two

Kommen Sie mit Ihrem Partner und erleben Sie die Leidenschaft des Kochens. Zur Begrüßung starten wir mit einem Aperitif und selbst zubereiteten Häppchen. Wir kochen gemeinsam ein Überraschungsmenü und genießen diesen besonderen Abend bei Kerzenschein.

#### After-Work-Cooking

Verbringen Sie doch mal einen etwas anderen Feierabend – beim After Work Cooking! Runter mit der Krawatte, Schürze umgebunden und hinein in das gemeinsame Kochvergnügen. Bei einem Glas Sekt oder Bier lässt sich so mit anderen Kochbegeisterten genussvoll in den Feierabend einsteigen.



#### Kontakt für Anfragen:

Susanne Zens  
Telefon 0631 36258-13  
susanne.zens@vhs-kaiserslautern.de

#### Infos

👥 max. 14 Teilnehmer  
📅 siehe VHS-Programm  
€ ab 38,- pro Person



## Open Air – Grill & Smoker

### In unserem VHS Garten laden wir ein zum Winter- und Sommergrillen

Grillen ist mehr als Essen. Grillen ist eine Passion, in der sich Leidenschaft, Genuss und das Gefühl für frische Zutaten miteinander verbinden. An unseren Grillevents erwarten Sie regelmäßig neue Themen. Wir stellen zum einen aktuelle Trends rund ums Grillen vor, zum anderen erhalten Sie die Möglichkeit, besondere Fleischarten oder Cuts auszuprobieren.



Grillen, genießen und dinieren Sie in gemütlicher Runde unter freiem Himmel. Lernen Sie zum Beispiel Fleisch zu parieren und auf dem Grill zuzubereiten. Unsere Experten führen Sie in die Kunst des Grillhandwerkes ein.

Sie erhalten Einblicke in verschiedene Grillmethoden, eine Präsentation von regionalem Zutaten sowie wertvolle Tipps und fachmännisches Wissen zur Zubereitung. Jedes unserer Events hat in der Regel ein übergeordnetes Thema.

#### **Hier einige Beispiele für unsere Event-Themen:**

- Rehrücken & Co. - Wildfleisch grillen
- Die besten Cuts vom Schwein
- Cuts vom Rind: Porterhouse, T-Bone, Ribeye etc.
- Beer-Butt-Chicken und sonstiges Geflügel
- Burger & Mehr
- Es muss nicht immer Fleisch sein - Vegetarisch grillen
- und viele andere

#### **Unser Angebot für Grill-Freunde:**

- Vorspeisen, Hauptspeisen und Desserts werden jeweils nach Anleitung mit dem Grillmeister vorbereitet und am Grill zubereitet und gemeinsam verspeist
- Bereitstellung aller benötigten Lebensmittel, Kochzutaten sowie Kochutensilien
- Warenkunde, Grilltipps von und Fragen an unsere Grillmeister
- Jeder Teilnehmer erhält eine VHS-Grillschürze zum Anziehen beim Grillevent

#### **Kontakt für Anfragen:**

Susanne Zens  
Telefon 0631 36258-13  
susanne.zens@vhs-kaiserslautern.de

#### **Infos**

👥 max. 10 Teilnehmer  
📅 siehe VHS-Programm  
€ ab 57,- pro Person



## Kochevents für Firmen

### Kochen als Gruppenerlebnis und Firmenevent

Gemeinsames Kochen ist Kommunikation, bringt eine Menge Spaß, benötigt aber auch Teamarbeit. Angeleitet durch unsere erfahrenen Kochdozentinnen und -dozenten schnippeln, braten und brutzeln Sie in kleinen Gruppen. Lernen Sie sich im Team neu kennen und nehmen Sie den Teamgeist mit in Ihrem Berufsalltag!



#### Unser Angebot für Unternehmen:

- Organisation, Planung und Durchführung des Teamevents auf Basis Ihrer Anforderungen
- Instruktion und Betreuung durch erfahrene Kochdozenten/-dozentinnen und Hauswirtschafter/-innen
- Bereitstellung aller benötigten Lebensmittel, Kochzutaten sowie Kochutensilien und Leihschürzen
- Auswahl an verschiedenen Menüvorschlägen (je nach Jahreszeit und Anlass) und den entsprechenden Rezepten
- Angepasste Rezepte für Vegetarier, Veganer oder Gäste mit Unverträglichkeiten
- Kombi-Angebote wie Gesundheitstage „Quellen der Gesundheit“ mit Fitness, Ernährung und Entspannung

#### Kochen als Teamevent

Kochen als Firmenevent setzen Maßstäbe. Ganz gleich ob als Firmenfeier, als Teambuilding oder vielleicht sogar gemeinsam mit Ihren Kunden – Gemeinsames Kochen stärkt den Zusammenhalt der Gruppe.

#### Kulinarisches Dankeschön

Ein genussvolles Kochevent als besonderes Dankeschön an Ihre Mitarbeiter und Kunden. Schaffen Sie ein unvergessliches Erlebnis bei Ihrer nächsten Weihnachts- oder Firmenfeier.

#### Tisch-Etikette & Restaurant Knigge

Erfahren Sie von unserer Knigge-Expertin: nützliche Knigge-Tipps, um auch bei Geschäftsessen charmant, schlagfertig, freundlich und professionell auftreten zu können.

#### Kontakt für Anfragen:

Susanne Zens  
Telefon 0631 36258-13  
susanne.zens@vhs-kaiserslautern.de

#### Infos

👤 auf Anfrage  
📅 frei wählbar  
€ nach Vereinbarung



### Genuss, Lebensgefühl und Erlebnis – Trinkkultur in Theorie und Praxis.

Beim unseren Trinkkultur-Seminaren und -Workshops für Genießer entdecken Sie die Welt der Aromen und die Vielfalt der Geschmacksstile. Sie lernen die Grundlagen der Verkostung kennen und erfahren mehr zu den Produkten und Anbaugebieten. Anhand einer hochwertigen Auswahl an typischen Weinen und Kaffees testen Sie Ihre Sensorik und entdecken, welche Aromen die unterschiedlichen Produkte ausmachen.



#### Unsers Trinkkultur-Angebote:

- Wein Seminare mit Verkostungen spezifischer Weine
- Gourmetabende: Wein & Mehr: die Kombi macht's
- Spezialitäten mit korrespondierenden Weinen
- Die Welt des Kaffees: Kaffeebohnen, Qualitätsmerkmale und Zubereitung, Sensorik
- Tee Seminare: Zeremonie, Gesundheit, Geselligkeit & Entspannung
- Globale Trinkkultur: Wissen rund um Spirituosen

#### Kontakt für Anfragen:

Susanne Zens  
Telefon 0631 36258-13  
susanne.zens@vhs-kaiserslautern.de

#### Infos

 max. 14 Teilnehmer  
 siehe VHS-Programm  
 ab 36,- pro Person

#### **z. B. Kaffeebasics von der Bohne in die Tasse & Zubereitung mit verschiedenen Filterarten**

In dieser Reihe begibt sich unser Basista auf eine interessante Reise in die unbekannt Welt des Kaffees. Kaffeemythen werden hier ebenso entschlüsselt wie die Geheimnisse des Kaffeebusiness. Die Themen Botanik, Allelopathie, Aufbereitung und Sensorik werden ebenso behandelt wie die fachgerechte Zubereitung und natürlich wird im Kaffee-Basis-Workshop auch Kaffee verkostet.

#### **z. B. Weinseminar „Limited Edition“**

Ein Weinseminar für Einsteiger und Fortgeschrittene. Denn es gibt noch viele einzigartige Weine, die Sie unbedingt kennen lernen sollten. In diesem Seminar verkosten wir hervorragende Weine, die als ambitionierte Projekte engagierter Weinmacher eine bestimmte „Idee“ oder ein bestimmtes Geschmacksbild verkörpern. Diese Weine sind selten im Handel zu finden, aber hier zu verkosten.



## Süße Verführung

### Kuchen & Torten, Muffins & Cupcakes, Macarons oder hauchzarte Desserts und Nachspeisen

Egal ob süße Freizeitgestaltung, Kindergeburtstag oder kreative und individuelle Geschenke. Wir bringen das Herz aller Naschkatzen zum Schmelzen! Ein Kurs aus unserer Kategorie „Süße Verführung“ ist ideal für alle, die ihr Talent beim Backen ausbauen oder auch zum ersten Mal erproben wollen. Wir laden Sie ein, auf eine Entdeckungsreise rund um alle süßen Leckereien zu gehen.

#### Backkurse

Anfangen mit einfachen Rührkuchen und Mürbeteigtorten, über den kniffligen Hefeteig hinweg zu den kleinen süßen Teilchen wie Cupcakes, Cookies und Schnittchen. Passend dazu Cremes, Füllungen und Überzüge.

#### Muffins, Cupcakes & Co.

In US-amerikanischen Cafés gehören Cupcakes gemeinsam mit Muffins, Brownies und Cookies zum Standard-Gebäcksortiment. In diesem Kurs tauchen wir ein in die Welt der kleinen amerikanischen Leckereien.

#### Macarons, eine süße Kleinigkeit

Das Macaron ist ein französisches Baisergebäck aus Mandelmehl, dessen Herkunft bis ins Mittelalter zurückreicht. In Frankreich werden viele Varianten von traditionellen Macarons gebacken. Seit den 2000er-Jahren gewinnt die süße Kleinigkeit auch außerhalb von Frankreich mehr und mehr an Beliebtheit.

#### Desserts und Nachspeisen

Die süße Kleinigkeit am Ende einer Mahlzeit sorgt oft für wahre Genussmomente, und das ganz große Highlight kommt nicht selten erst nach dem Hauptgang: Dann ist Zeit für eine leckere Nachspeise! Egal ob für besondere Gäste, die Familie oder für das eigene Wohl, eine leckere Nachspeise solltest man immer einplanen.



#### Kontakt für Anfragen:

Susanne Zens  
Telefon 0631 36258-13  
susanne.zens@vhs-kaiserslautern.de

#### Infos

max. 14 Teilnehmer  
siehe VHS-Programm  
auf Anfrage



## Besondere Kochevents

### Frontcooking, Kochlesungen und „Küchenschlachten“

Neben den vorgestellten Kursen gibt es in unserer VHS-Kochschule noch zahlreiche weitere Veranstaltungen rund um das Kochen. Ob Kochbuch-Lesungen bekannter Autorinnen und Autoren, Kochvorführung von Spitzenköchen oder „Kochbattle“ ambitionierter Teams. Bei uns finden Sie zahlreiche kurzweilige, unterhaltsame und weiterbildende Formate. Übrigens: Auch für Ihre nächste private Feier können Sie unsere Kochschule samt Dozent/in mieten.

#### Kochlesungen

Schauen Sie bekannten Kochbuchautorinnen und -autoren über die Schulter. Lassen Sie sich inspirieren, wie Sie frische und regionale Zutaten raffiniert zubereiten können. Probieren Sie Rezepte, die Sie so noch nicht kannten: Wie wäre es zum Beispiel mit Pfälzer Saumagenwürfel mit Gurkensalsa, Pfälzer Tiramisu und weiteren pfälzischen Tapas?

#### Frontcooking

Beim Frontcooking bereitet der Koch die Speisen unmittelbar vor dem Gast zu, dem auf diese Weise die Möglichkeit gegeben wird, wesentliche Teile des Zubereitungs- und Kochvorgangs zu beobachten.

#### Koch-Battles

„Die Küchenschlacht“, „Grill den Hensler“, „Kitchen Impossible“: Wer kennt Sie nicht, die zahlreichen TV-Wettbewerbe rund um das Kochen. Bei diesem Format treten zwei oder mehrere Teams gegeneinander an, um Ihre Kreationen dann von einer fachkundigen Jury bewerten zu lassen. Trotz Wettbewerbs gibt es keine Verlierer: Ein Riesenspaß mit einem leckeren kulinarischen Sieg für alle Beteiligten!

#### Geburtstage, Familienfeiern & Co.

Wie wäre es einmal mit einer Geburtstagsparty oder einem Kochevent mit Freunden und Dozent/-in in der VHS-Kochschule in Kaiserslautern? Sie haben eine Idee? Sprechen Sie uns gerne an. Wir freuen uns auf Sie und Ihre Gäste!



#### Kontakt für Anfragen:

Susanne Zens  
Telefon 0631 36258-13  
susanne.zens@vhs-kaiserslautern.de

#### Infos

🗨 nach Vereinbarung  
📅 siehe Tagespresse  
€ auf Anfrage

## Informationen

### VHS-KOCHSCHULE

Die Koch- und Backkurse finden in der Lehrküche der Volkshochschule, Kanalstraße 3, 67655 Kaiserslautern Raum 124, im ersten Obergeschoss statt. Der Raum ist barrierefrei erreichbar!

### TEILNAHMEGEBÜHREN

Die Preise unserer Kochkurse entnehmen Sie bitte dem aktuellen VHS-Programmheft. Die Kosten für Veranstaltungsanfragen sind abhängig von Personenzahl, den benötigten Zutaten und Lebensmitteln sowie der Art der Veranstaltung. Sprechen Sie uns an, wir machen Ihnen gerne ein individuelles Angebot.

### BITTE ZU JEDEM KOCHKURS MITBRINGEN:

Schürze, verschließbare Behälter für Kostproben, eventuell ein Getränk und ein Messer!

### ANMELDUNG

Aus organisatorischen Gründen beträgt die An- und Abmeldefrist für Kochkurse sieben Kalendertage. Spätere Anmeldungen sind nur in Ausnahmefällen möglich!

### UNSER TIPP

Freunde, Bekannte und Kollegen kochen zusammen unter fachkundiger Anleitung. Sobald Sie als Gruppe (maximal 14 Personen) einen Kochkurs buchen möchten, kann die Volkshochschule zu einem Termin, den Sie auswählen, ein gemeinsames Seminar arrangieren. Thema, Inhalt und Zeitumfang bestimmen Sie! Setzen Sie sich mit uns in Verbindung!

### ALLGEMEINE HINWEISE

Allergien und Nahrungsmittelunverträglichkeiten geben Sie bitte bei der Kursbuchung an!

Das Mindestalter für Teilnehmer/innen beträgt 18 Jahre. Einige Kurse beinhalten die Verkostung von alkoholischen Getränken. Trinken Sie bitte verantwortungsbewusst. Es empfiehlt sich, eine Fahrgelegenheit zu organisieren.

### FÜR TEILNEHMERINNEN UND TEILNEHMER GIBT ES UNSERE KOCHSCHÜRZE „ICH GÖNN’ MIR WAS!“

zum Aktionspreis von  
15,00 Euro (Solange  
der Vorrat reicht).



[www.kochklasse.de](http://www.kochklasse.de)

### HERAUSGEBER:

Koch Klasse!  
Die Kochschule der Volkshochschule  
Kaiserslautern e.V.  
67655 Kaiserslautern  
Kanalstraße 3  
Telefon 0631 36258-13  
[www.vhs-kaiserslautern.de](http://www.vhs-kaiserslautern.de)



Anzeige