

## Kurse der Seminarbäuerinnen Jänner-Februar 2023

*Für Jänner und Feber 2023 haben die Kärntner Seminarbäuerinnen ein umfangreiches Programm für Sie zusammengestellt.*

### **Klassische Rindfleischküche – hochwertig, traditionell & modern**

**Inhalt:** Rindfleisch leistet einen wichtigen Beitrag zu einer ausgewogenen Ernährung und ist ein unverzichtbarer Nährstofflieferant. Viele „gschmackige“ Gerichte werden aus diesem hochwertigen Lebensmittel zubereitet, unterschiedliche Zubereitungsmethoden vorgestellt und die einzelnen Rindfleischgerichte natürlich gleich verkostet.

**Mitzubringen:** Schürze, Geschirrtücher, Vorratsdose

**Kosten:** € 54,- inkl. Kursbeitrag, Lebensmittel- und Materialkosten, Küchenbenützung und Broschüre

### **Weckerl & Kleingebäck für Anfänger**

**Inhalt:** Gemeinsam stellen wir verschiedene Grundteige für Brötchen und Kleingebäck wie Salzstangerln, schnelle Dinkelweckerln, Vollkornweckerln, Brioche und Pizzabrötchen her. Außerdem erhalten Sie Informationen zu Getreidearten, Mehlen, Einkauf und Lagerung.

**Mitzubringen:** Schürze, Vorratsdosen bzw. Papiersackerl, Geschirrtücher

**Kosten:** € 49,- inkl. Kursbeitrag, Lebensmittel- und Materialkosten, Küchenbenützung und Broschüre

### **Ich backe mein eigenes Brot - für Anfänger**

**Inhalt:** Schritt für Schritt wird Ihnen das Wissen rund ums Brotbacken vermittelt. Jeder Kursteilnehmer stellt sein eigenes, saftiges Brot her. Informationen zu Getreidearten, Mehlen, Einkauf, Lagerung und Brotfehler ergänzen das Programm.

**Mitzubringen:** Schürze, Papiersackerl oder Korb, Geschirrtücher

**Kosten:** € 49,- inkl. Kursbeitrag, Lebensmittel- und Materialkosten, Küchenbenützung und Broschüre

### **Heimischer Fisch - frisch auf den Tisch**

**Inhalt:** Fisch ist ein vielseitiges Lebensmittel – heute kommt nur heimischer Fisch in die Pfanne. Zubereitet werden schmackhafte Fischgerichte kombiniert mit neuen Beilagen – eine willkommene Abwechslung auf Ihrem Speiseplan. Natürlich erlernen Sie auch das Filetieren von Fisch. Zubereitet werden Kärntner Forellen und Saiblinge.

**Mitzubringen:** Schürze, Geschirrtücher, Vorratsdose

**Kosten:** € 52,- inkl. Kursbeitrag, Lebensmittel- und Materialkosten, Küchenbenützung und Broschüre

---

### **Geflügelgerichte – raffiniert und schnell**

**Inhalt:** Sie sind mit der Verarbeitung eines ganzen Hendl überfordert? Ihnen fehlen Inspirationen zu schnellen und pfiffigen Hendl-Rezepten? Sie möchten für mehrere Tage vorkochen, wissen aber nicht wie und was? Dann sind Sie bei diesem Kurs Geflügel Gerichte – raffiniert und schnell genau richtig! Sie lernen, wie man ein Hendl richtig zerlegt, welche Teilstücke wofür verwendet werden können und entdecken eine Vielzahl einfacher und abwechslungsreicher Hendl-Rezepte.

**Mitzubringen:** Schürze, Geschirrtücher, Schraubglas mit Deckel zum mit heim nehmen der Kostproben

**Kosten:** € 52,-- inkl. Kursbeitrag, Lebensmittel- und Materialkosten, Küchenbenützung und neuer Broschüre

### **Bunte Brotvielfalt – für Anfänger**

**Inhalt:** In diesem Kurs werden unter der fachkundigen Anleitung der Seminarbäuerin verschiedenste Brote zubereitet – vom klassischen Mischbrot über Wurzelbrot, Ruck-Zuck-Brot bis hin zu Buttermilchbrot und einigen mehr. Jeder Kursteilnehmer stellt sein eigenes, saftiges Brot her. Informationen zur Sauerteigerstellung, Getreidearten, Mehlen, Einkauf, Lagerung und Brotfehler ergänzen das Programm.

**Mitzubringen:** Schürze, Papiersackerl oder Korb, Geschirrtücher

**Kosten:** € 49,-- inkl. Kursbeitrag, Lebensmittel- und Materialkosten, Küchenbenützung und Broschüre

### **Gekrenzelte Nudelvariationen**

**Inhalt:** Bei diesem Kurs werden gefüllte Nudel aus verschiedenen Mehlen mit süßen und pikanten Füllungen zubereitet. Natürlich erlernen Sie auch das Krenzeln von Nudeln.

**Mitzubringen:** Schürze, Vorratsdosen, Geschirrtücher

**Kosten:** € 56,-- inkl. Kursbeitrag, Lebensmittelkosten, Küchenbenützung und Broschüre: Kulinarisch unterwegs mit den Kärntner Seminarbäuerinnen im Wert von € 13,00

### **Fingerfood - kalte Köstlichkeiten für jeden Anlass**

**Inhalt:** Mundgerechte Köstlichkeiten für Deine Gäste als Highlight eines gelungenen Abends. Einfach und schnell zubereitet. Hauptdarsteller in diesem Seminar sind heimische und regionale Lebensmittel, die zu kleinen Leckerbissen verzaubert werden. Auch für Kochanfänger!

**Mitzubringen:** Schürze, Papiersackerl oder Korb, Geschirrtücher

**Kosten:** € 55,-- inkl. Kursbeitrag, Lebensmittel- und Materialkosten, Küchenbenützung und Broschüre

---

## Krapfenvariationen

**Inhalt:** Es werden verschiedene Krapfenvariationen aus Germteig zubereitet - von den klassischen Faschingskrapfen bis zu gefüllten Krapfen, ausgezogenen Bauernkrapfen und Stricknadelkrapfen. Erfahre wertvolle Tipps und Tricks rund ums Krapfen backen.

**Mitzubringen:** Schürze, Geschirrtücher, Vorratsdose

**Kosten:** € 39,- inkl. Kursbeitrag, Lebensmittelkosten, Küchenbenützung und Rezeptunterlage