



KOCHNACHMITTAGE 2015

Für Seniorinnen und Senioren die selbständig kochen können und gerne an einem oder an allen 3 Asiatischen Kochnachmittagen dabei sein möchten

Haben Sie Lust, die **Vietnamesische Küche** kennen zu lernen oder gar Ferienerinnerungen zu wecken?

Kachang-Kelapa-Krupuk- sind Zutaten aus der **Indonesischen Küche**, vielleicht möchten Sie wissen was es mit diesen Zutaten auf sich hat.

Ein Kochnachmittag ist der **Thai Küche** gewidmet, frische Kräuter und scharfe Chilis machen dabei fast jedes Gericht zu einem exotischen Erlebnis.



Zusammen mit der Kursleiterin, Christine Doppmann, werden Sie ein mehrgängiges Menu zubereiten und nach getaner Arbeit in entspannter Atmosphäre geniessen

Datum: **Freitag, 06. März 2015** – Vietnamesischer Kochnachmittag

Zeit: 15:00 Uhr – zirka 19:00Uhr

Menu: Vietnamesische Suppe–Reispapier Rollen mit Dips–Kohlsalat mit Poulet–Kräuter Fisch Hanoi auf Reismudeln–Gemüsepfanne–Sago Kokos Dessert–Vietnamesischer Kaffee (Demo)

Datum: **Freitag, 13. März 2015** – Indonesischer Kochnachmittag

Zeit: 15:00 Uhr – zirka 19:00Uhr

Menu: Gado Gado oder einfacher Gemüsesalat – Fisch Betutu – Poulet und Lamm Satay – Indonesische Auberginen – Gelber Duft Reis – Ananas Curry – Schwarzer Klebreis mit Kokosmilch

Datum: **Freitag, 20. März 2015** – Thailändischer Kochnachmittag

Zeit: 15:00 Uhr – zirka 19:00Uhr

Menu: Sauer-scharfe Krevetten Suppe – Fischmousse im Bananenblatt – Grünes Poulet Curry mit Thai Auberginen – Thai Rindfleisch Salat – Gurkensalat mit Erdnüssen und Chili – Parfümreis – Tropische Früchte

Kursort: Reinacherstrasse 3, 4147 Aesch, Sekundarschulhaus Neumatt, Schulküche S2

Kosten: Fr. 60.- pro Person pro Kochnachmittag, inkl. Mineralwasser, Bier, Tee und Kaffee

Mitbringen: Küchenschürze

Anmeldung: Auskunft und Anmeldung bei Luzia Kappeler (Mitglied Seniorenrat Aesch-Pfeffingen)

Email Adressen: luzia.kappeler@gmail.com oder Telefonnummer: 061 381 06 51

Da die Teilnehmerzahl limitiert ist, werden Anmeldungen in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Die Rechnung für den Kochnachmittag (bzw. die Kochnachmittage) erhalten Sie nach der Anmeldung.