

## **Männer - Kochkurs**

Zu ihrem 1. Männerkochkurs laden herzlich ein die Küchenchefs des Café-Restaurants „Hoferlesmühle“, Stephan Braun, und des Höhenhotels „Kalikutt“, Franz Schmiederer. Die Kurse werden unterstützt vom Verein Fleischerzeugung Renchtal. Bei Interesse können gerne auch weitere saisonale Kochkurse ebenso wie reine Damenkochkurse stattfinden.

### **Worum es geht:**

Im Handumdrehen Rindfleisch lecker zubereiten!  
Die Küchenprofis zeigen Ihnen von A-Z (Angebot bis Zubereitung) alles zu Vorbereitung, Handling, Garstufen bis hin zum Timing, dass alles zusammen fertig wird.

### **Wer:**

Geeignet für Single-Männer und Männer, die ihre Familie oder Freundin bekochen möchten.

**Wo:** In der Werkrealschule in Oppenau

**Wann:** 1. Termin am Donnerstag , den 26. Januar 2012  
von 19.00 bis ca. 21.30/ 22.00 Uhr

2. Termin am Donnerstag , den 09. Februar 2012  
von 19.00 bis ca. 21.30/ 22.00 Uhr

**Mindestteilnehmerzahl :** 12 Personen bis 16 Personen maximal

**Kosten:** 30 € pro Person und Termin

### **Anmeldung:**

Tourist-Information –Bürgerbüro, Allmendplatz 3, 77728 Oppenau  
Telefon: 07804 / 910 831, [info@oppenau.de](mailto:info@oppenau.de), Frau Anna-Lena Bruder

### **Ablauf:**

Zur Begrüßung wird um rechtzeitiges Erscheinen gebeten, damit es pünktlich losgehen kann.

Zubereitet werden verschiedene komplette Hauptgänge mit Gemüse und Sättigungsbeilagen, dazu passende Soßen, Salate, Salatsaucen und Dressings unter Berücksichtigung von Saison und Herkunft. Zum Abschluss gibt es ein kleines Dessert

Sie erhalten Getränke, alle Rezepte für den Abend, sowie Küchentipps zu Einkaufszettel, Vorbereitung und Ihre Planung zu Hause, auch weitere Informationen zum Fleischerzeugerverein Renchtal.

Die Küchenchefs sind zusammen mit Ihnen aktiv bei allen anfallenden Aufgaben in der Vorbereitung, beim Kochen und Aufräumen. Anschließend wird das Zubereitete gemeinsam in gemütlicher Runde bei Bier und Wein verspeist. Eventuelle Reste dürfen mitgenommen werden.

### **Bitte mitbringen:**

eine Schürze, Ihr bevorzugtes Messer, Papier und Schreibzeug für zusätzliche Notizen.