

Ayurveda – Essen was glücklich macht!

Die ayurvedische Küche ist weit mehr als ein raffiniertes, genussliches Fest für alle Sinne! Die Zubereitungsart und die Vielfalt der Gewürzen, wahre Juwelen dieser uralten Koch- und Heilkunst aus Indien, schenken uns bekömmliche Nahrung und machen aus jeder Mahlzeit eine wahre Quelle von Wohlbefinden und Lebensfreude.

Lassen Sie sich von exotischen Düften inspirieren und von neuen Geschmackserlebnissen begeistern!

An diesem Abend lernen Sie, die Gewürze richtig anzuwenden (anrösten und mörsern) und zaubern Ihre individuelle Gewürzmischung. Sie lernen, Ghee (geklärte Butter, ein wichtiger Zutat der ayurvedischen Küche mit Heilwirkungen) selber herzustellen. Danach kochen wir gemeinsam ein typisches vegetarisches Menü bestehend aus: einer feinen Suppe der Saison, einem Gemüsegericht, einem Dal (Linsengericht), einem Getreidegericht (Reis, Hirse oder Quinoa), einem Chutney und einem Nachtisch. Dabei bekommen Sie einen Einblick in diese faszinierende Ernährungslehre und erfahren, wie Nahrung uns Lebenskraft und Glück schenken kann.

Im Anschluss genießen Sie in gemütlicher Atmosphäre die frisch gekochten Köstlichkeiten aus der Ayurveda-Genussküche.



Bei allen Kochkursen inklusive

- 3-Gänge-Menü
- Getränke
(alkoholisch & anti-alkoholisch)
- hochwertige Kochschürze
- Mappe mit Rezepten

Integriert in die traumhaften Ausstellungsräume von Küchen Walther, entsteht die richtige Atmosphäre zum Kochen und Genießen. In der modernen Location können Sie auf aktuellen Geräte von namhaften Herstellern wie Gaggenau, Bosch und Siemens zurückgreifen.

Im Vordergrund der Kochkurse stehen immer die Qualität der Lebensmittel, die kreative Verarbeitung und jede Menge Spaß!

Unsere Kochkurse finden ausschließlich unter der Leitung renommierter Spitzenköchen/innen wie z.B. Pino Vichera - Eugénie Bause - Nancy Dubourg - Hannes Dankel - Krischan Löser - Mary Daute statt.

Die aktuellen Termine für diese Kochkurse entnehmen Sie bitte unserer Internetseite:
www.Walthers-Kochwelten.de