

## SÜßES & HERZHAFTES BACKEN

### Hefeteig kann jeder backen

A22R3501, Manfred Müller

2x Di., 08.03. - 15.03.2022, 17:30 - 20:30 Uhr

20,40 € / ermäßigt 14,88 €

*Die Lebensmittelumlage wird vor Ort in bar erhoben!*

### Brandteiggebäck

A22R3502, Manfred Müller

2x Di., 22.03. - 29.03.2022, 17:30 - 20:30 Uhr

20,40 € / ermäßigt 14,88 €

*Die Lebensmittelumlage wird vor Ort in bar erhoben!*

### Torten für alle Gelegenheiten

A22R3503, Manfred Müller

Di. + Mi., 03.05. - 04.05.2022, 17:30 - 20:30 Uhr

20,40 € / ermäßigt 14,88 €

*Die Lebensmittelumlage wird vor Ort in bar erhoben!*

### Schmalzgebäck und Laugengebäck

A22R3504, Manfred Müller

Di. + Mi., 17.05. - 18.05.2022, 17:30 - 20:30 Uhr

20,40 € / ermäßigt 14,88 €

*Die Lebensmittelumlage wird vor Ort in bar erhoben!*

### Teegebäck

A22R3505, Manfred Müller

Mi., 15.06.2022, 17:30 - 20:30 Uhr

11,20 € / ermäßigt 8,44 €

*Die Lebensmittelumlage wird vor Ort in bar erhoben!*

## INFORMATIONEN

Bitte bringen Sie eine Schürze, ein Geschirrhandtuch und zwei Lieblingsmesser (ein großes und ein kleines) mit.

Eine ausführliche Beschreibung der Inhalte aller Kurse und alle weiteren Detailinformationen finden Sie auf unserer Webseite [www.vhs-havelland.de](http://www.vhs-havelland.de).

Dort finden Sie auch unsere Geschäftsbedingungen und eine Online-Anmeldemöglichkeit.

Anmeldung: 03385 551-7334 | Beratung: 03385 551-7331

Fotos: Pickenhahn, unsplash.com., pixabay.com



**Volkshochschule Havelland**

Bammer Landstr. 10, 14712 Rathenow

Telefon: 03385 5517331

[www.vhs-havelland.de](http://www.vhs-havelland.de)

[www.vhs-havelland.de](http://www.vhs-havelland.de)

## LUST AUF KOCHEN

Endlich ist es soweit!  
Die neue Lehrküche in der Regionalstelle Rathenow wird im März 2022 eröffnet. Hier können Sie mit Gleichgesinnten kochen und backen, professionelle Tipps von erfahrenen



Köchen erhalten und anschließend alles gemeinsam genießen. Schwerpunkt der Kochkurse in diesem Semester ist eine regionale, saisonale und gesunde Küche. Spezielle Ernährungsformen wie der Ayurveda Kochkurs oder der Praxistag „Wildkräuter“ ergänzen das Angebot. Mit dem Backen von Torten, Hefeteig, Brandteig und Schmalzgebäck können Sie Ihr Wissen übers Backen erweitern und neue Geschmackserlebnisse kreieren. Wir freuen uns auf Sie!

## GESUNDE ERNÄHRUNG

### Praxisseminar "Wildkräuter - Sammeln und verarbeiten"

A22R3403, Viola Siwkowski  
Sa., 02.04.2022, 10:00 - 13:00 Uhr  
11,20 € / ermäßigt 8,44 €

### Praxisseminar "Herzpflanzen - Sammeln und Verarbeiten"

A22R3406, Viola Siwkowski  
Sa., 04.06.2022, 10:00 - 13:00 Uhr  
11,20 € / ermäßigt 8,44 €

### Ayurveda "Die Kunst des Kochens"

A22R3506, Susanne Woltersdorf  
4x Di., 24.05. - 14.06.2022, 17:30 - 19:45 Uhr  
29,60 € / ermäßigt 21,32 €  
*Die Lebensmittelumlage wird vor Ort in bar erhoben!*

## THEMENKÜCHE

### Essen ist Genuss - auch im Alter Kleine gesunde Köstlichkeiten selbst gemacht

A22R3507, Katrin Hofschläger  
Mo., 14.03.2022, 10:00 - 11:30 Uhr  
6,60 €  
*Die Lebensmittelumlage wird vor Ort in bar erhoben!*

### Essen ist Genuss - auch im Alter Kleine gesunde Köstlichkeiten selbst gemacht

A22R3508, Katrin Hofschläger  
Mo., 16.05.2022, 10:00 - 11:30 Uhr  
6,60 €  
*Die Lebensmittelumlage wird vor Ort in bar erhoben!*

### Brotaufstriche - selbst gemacht

A22R3509, Katrin Hofschläger  
Mi., 30.03.2022, 16:00 - 17:30 Uhr  
6,60 €  
*Die Lebensmittelumlage wird vor Ort in bar erhoben!*

### Schnelle und gesunde Küche für die Woche

A22R3510, Bettina Brüggemann  
Sa., 02.04.2022, 09:00 - 14:15 Uhr  
18,10 € / ermäßigt 13,27 €  
*Die Lebensmittelumlage wird vor Ort in bar erhoben!*

### Regionalen Fisch lieben lernen

A22R3511, Sebastian Crakau  
Mi., 02.03.2022, 18:00 - 21:00 Uhr  
11,20 € / ermäßigt 8,44 €  
*Die Lebensmittelumlage wird vor Ort in bar erhoben!*

### Geschmack? Natürlich mit Küchenkräutern!

A22R3512, Sebastian Crakau  
Mi., 23.03.2022, 18:00 - 21:00 Uhr  
11,20 € / ermäßigt 8,44 €  
*Die Lebensmittelumlage wird vor Ort in bar erhoben!*

### Ostern kann kommen - Ausgefallene Lammgerichte

A22R3513, Sebastian Crakau  
Mi., 06.04.2022, 18:00 - 21:00 Uhr  
11,20 € / ermäßigt 8,44 €  
*Die Lebensmittelumlage wird vor Ort in bar erhoben!*

### Das perfekte Steak

A22R3514, Sebastian Crakau  
Mi., 20.04.2022, 18:00 - 21:00 Uhr  
11,20 € / ermäßigt 8,44 €  
*Die Lebensmittelumlage wird vor Ort in bar erhoben!*

### Spargel neu erleben

A22R3515, Sebastian Crakau  
Di., 10.05.2022, 18:00 - 21:00 Uhr  
11,20 € / ermäßigt 8,44 €  
*Die Lebensmittelumlage wird vor Ort in bar erhoben!*

### Kochen ist kinderleicht

Ein etwas anderes Kindertagsgeschenk  
A22R3516, Sebastian Crakau  
Mi., 01.06.2022, 16:00 - 18:00 Uhr  
8,14 €  
*Die Lebensmittelumlage wird vor Ort in bar erhoben!*

### Suppenliebe

Suppen und Eintöpfe leicht und bekömmlich  
A22R3517, Klaus-Dieter Aretz  
Do., 10.03.2022, 17:00 - 21:00 Uhr  
14,26 € / ermäßigt 10,58 €  
*Die Lebensmittelumlage wird vor Ort in bar erhoben!*

### Soßen und Dressings zu Fisch und Fleisch Einfach, aber raffiniert!

A22R3518, Klaus-Dieter Aretz  
Do., 24.03.2022, 17:00 - 21:00 Uhr  
14,26 € / ermäßigt 10,58 €  
*Die Lebensmittelumlage wird vor Ort in bar erhoben!*

### Gemüsespezialitäten für jeden Anlass

A22R3519, Klaus-Dieter Aretz  
Do., 07.04.2022, 17:00 - 21:00 Uhr  
14,26 € / ermäßigt 10,58 €  
*Die Lebensmittelumlage wird vor Ort in bar erhoben!*

### Wildbret und Rind kräftig und deftig

A22R3520, Klaus-Dieter Aretz  
Do., 21.04.2022, 17:00 - 21:00 Uhr  
14,26 € / ermäßigt 10,58 €  
*Die Lebensmittelumlage wird vor Ort in bar erhoben!*

### Aus See und Meer - Fisch einmal anders

A22R3521, Klaus-Dieter Aretz  
Do., 12.05.2022, 17:00 - 21:00 Uhr  
14,26 € / ermäßigt 10,58 €  
*Die Lebensmittelumlage wird vor Ort in bar erhoben!*