

## Cookinare: Jahresabo 2023

### *Du willst schnell und einfach kochen lernen oder deine Kochkenntnisse erweitern?*

Dann sind die sogenannten Cookinare genau das Richtige für Dich! Die Kurse können bequem von Zuhause aus über den Computer, Tablet oder Smartphone besucht und die Aufzeichnung anschließend jederzeit nochmals angeschaut werden. In den speziellen Online-Kochkursen wird dir Schritt für Schritt die Zubereitung verschiedener saisonaler Gerichte gezeigt und zudem alle wichtigen Fragen beantwortet. Die jeweiligen Rezepte werden vor jedem Cookinar zugesendet. Natürlich gibt es auch Informationen zur Warenkunde und vor allem zahlreiche praktische Tipps, sodass die Zubereitung auch sicher gelingt. Gerne kannst du der Referentin auch Fragen stellen.

### **Frühbucher-Aktion: Jahresabo 2023**

mit **13 Live-Cookinaren** und **30 Videoaufzeichnungen** der bisherigen Cookinare um € 190,- statt € 380,-

Kosten je Cookinar bei Einzelbuchung: € 30,-

Kosten je Aufzeichnung bei Einzelbuchung: € 20,-

### **Termine, Themen & ReferentInnen der Live-Cookinare 2023:**

- Freitag, 27. Jänner 2023, 14:00 – 15:30 Uhr: **Ich backe mein eigenes Brot** (Seminarbäuerin Schilcher Sylvia)
- Montag, 13. Februar 2023, 18:30 - 20:00 Uhr: **Klassiker der asiatisch-europäischen Fusionsküche** (Maria Pichler und Leonhard Grünwalder)
- Freitag, 24. Februar 2023, 18:30 – 20:00 Uhr: **Soulfood – fleischlose Gerichte, die es schon bei Oma gab** (Seminarbäuerin Ingrid Bugelnig)
- Montag, 13. März 2023, 18:30 – 20:00 Uhr: **Fermentieren: es blubbert – brodelt – gärt** (Mag. (FH) Christina Wildhaber)
- Freitag, 31. März 2023, 14:00 – 15:30 Uhr: **Fingerfood – kalte Köstlichkeiten für jeden Anlass** (Seminarbäuerin Sylvia Schilcher)
- Freitag, 21. April 2023, 14:00 – 15:30 Uhr: **Rindfleisch einmal anders** (Seminarbäuerin Magdalena Orasch)
- Dienstag, 02. Mai 2023, 18:30 – 20:00 Uhr: **Spargelgerichte** (Seminarbäuerin Monika Sohneg)
- Mittwoch, 14. Juni 2023, 18:30 – 20:00 Uhr: **Fischköstlichkeiten** (Seminarbäuerin Monika Sohneg)
- Mittwoch, 05. Juli 2023, 18:30 – 20:00 Uhr: **Wraps – jetzt wird gerollt und gewickelt** (Seminarbäuerin Ingrid Bugelnig)
- Donnerstag, 07. September 2023, 18:30 – 20:00 Uhr: **Pfiffige Desserts** (Seminarbäuerin Monika Sohneg)
- Freitag, 13. Oktober 2023, 14:00 – 15:30 Uhr: **Kürbisvariationen – Herbst Zeit ist Kürbis Zeit** (Arnold Wigoschnig)
- Donnerstag, 23. November 2023, 18:30 – 20:00 Uhr: **Wild auf Hanf** (Seminarbäuerin Sandra Krzisnik)

- 
- + 1 Überraschungs-Cookinar im Jahr 2023 (Seminarbäuerin Sigrid Rainer)

---

### Information

**Kursdauer:** 13 Einheiten

**Kursbeitrag:** 190,00 € Frühbucheraktion 380,00 € Normalpreis

**Fachbereich:** Gesundheit und Ernährung

### Verfügbare Termine