Kurse der Seminarbäuerinnen

Für Herbst 2026 / Frühjahr 2027 haben die Kärntner Seminarbäuerinnen folgende Kurse für Sie zusammengestellt.

Milchprodukte für den Hausgebrauch – ganz einfach selber machen

Inhalt: Hast du schon mal daran gedacht, deinen eigenen Käse zu machen?
Es ist einfacher, als du denkst. Die Verarbeitung von Milch in der eigenen Küche ist nicht nur ein Stück traditionelle Handwerkskunst und ein praktisches Hobby, sondern auch eine wunderbare Möglichkeit, die Freude am Experimentieren und die Liebe zu selbst gemachten Lebensmitteln wie Weichkäse, Topfen, Joghurt und vielem mehr zu entdecken. Also schnapp dir deine Schürze, entdecke die „kuhle“ Welt der Milchverarbeitung und genieße die Butterseite der kulinarischen Genüsse rund um die Milch.

Eckdaten:

Mitzubringen: Schürze, Geschirrtücher, kleine Vorratsdosen,
4 Schraubgläser a 200 bis 300 ml
Kosten: € 49,-- inkl. Kursbeitrag, Lebensmittel- und Materialkosten und Unterlage

Selbstgemachte Schätze im Glas

Inhalt: Köstliche Vorräte aus dem eigenen Garten haltbar machen, liegt wieder voll im Trend. Raffinierte Chutneys, Pestos, Marmeladen, würzige Öle und Essige, süß-sauer eingelegtes Gemüse, Liköre, Kompotte, Salze, die fixfertig für die schnelle Küche zur Hand sind, aber auch wunderbare Geschenke und Mitbringsel sind. In unseren Kursen lernst du die Grundtechniken des Konservierens mit natürlichen Konservierungsmitteln wie Alkohol, Essig(säure), Salz und Zucker oder durch Einkochen und Sterilisieren. Die Seminarbäuerinnen verraten ihre Tipps und Tricks, damit es sicher gelingt, und freuen sich, selbstgemachte Schätze mit dir herzustellen.

Eckdaten:

Mitzubringen: Schürze, Geschirrtücher, Korb oder Karton zum Mitheimnehmen der Kostproben
Kosten: € 62,-- inkl. Kursbeitrag, Lebensmittel- und Materialkosten, Küchenbenützung und Broschüre

Ein Brotkörberl voller Glück – Köstlichkeiten für Frühstück und Jause

Inhalt: Möchtest du den verführerischen Duft von frisch gebackenem Brot und Gebäck selbst erleben? Erfahre in diesem Kurs wie du mit vollwertigen Zutaten köstliche Backkreationen zauberst. Spannende Rezepte wie Toastbrot, Knusperspitz und Laugengebäck sowie praktische Tipps werden Schritt für Schritt vermittelt. Am Ende nimmst du leckere Köstlichkeiten und wertvolles Wissen mit nach Hause.

Eckdaten:

Mitzubringen: Schürze, Vorratsdosen bzw. Papiersackerl, Geschirrtücher
Kosten: € 51,-- inkl. Kursbeitrag, Lebensmittelkosten, Küchenbenützung und neuer Rezeptbroschüre

Bunt & lecker – Abwechslung für deine Jausenbox

Inhalt: Wer kennt es nicht - die tägliche Herausforderung, was man für die Schule einpacken soll, damit die Großen und Kleinen zufrieden sind? Genau deshalb werden in diesem Kurs gemeinsam im Team schnelle und kinderleichte Köstlichkeiten gezaubert. Egal ob fürs Büro, die Schule oder gemeinsame Ausflüge - hier gibt es Anregungen für selbst hergestellte Snacks, die Abwechslung und Spaß in die tägliche Routine bringen. Ob knackige Weckerl, herzhafte Aufstriche oder süße Kleinigkeiten - hier ist für jeden Geschmack etwas dabei.

Eckdaten:

Mitzubringen: Schürze, Vorratsdosen bzw. Papiersackerl, Geschirrtücher
Kosten: € 52,--pro Pärchen (Elternteil plus Kind) inkl. Kursbeitrag,
Lebensmittel- und Materialkosten, Küchenbenützung und Rezeptunterlage

Wild – auf heimisches Wild

Inhalt: Wild kochen – genussvoll speisen. Einfach und genial. Vom klassischen Wildbraten / -ragout bis hin zur schnellen Wildküche – verfeinert mit saisonalen Köstlichkeiten aus der Region. Begleitet wird das Seminar von den Beilagen der anderen Art. Facettenreich und bunt – auch für Kochanfänger

Eckdaten:

Mitzubringen: Schürze, Geschirrtücher, Vorratsdose
Kosten: € 57,-- inkl. Kursbeitrag, Lebensmittel- und Materialkosten, Küchenbenützung und Unterlage

Wohlfühlmaschen - Socken stricken für Anfänger

Inhalt: In dieser vierteiligen Kursreihe erlernst du das Socken stricken von A bis Z;
Grundvoraussetzung: Linke und rechte Maschen stricken können

Eckdaten:

Mitzubringen: Helle Sockenwolle, die gefällt und passendes Nadelspiel dazuKosten: € 40,-- Kursbeitrag für 4 Termine zu je 2 Stunden, inkl. Anleitung zum Socken stricken für zu Hause

Adventkranz binden und gestalten

Inhalt: Mit Naturmaterialien wie Tannen-, Wacholder- oder Zirbenzweigen,Beeren, Blüten und Waldmaterialien binden und gestalten wir stimmungsvolle Adventkränze. Lass dich von deiner Kreativität inspirieren und schaffe dein persönliches Kunstwerk für die Adventzeit.

Eckdaten:

Mitzubringen: Baumschere, Heißklebepistole mit Klebesticks
Kosten: € 32,00 inkl. Kursbeitrag und Raumbenützungsgebühr, Kerzen sind selber mitzubringen und falls vorhanden ein Strohkranz, restliche Materialkosten von ca. 20,00 € werden nach tatsächlichem Aufwand verrechnet.

Wir gestalten einen Adventkalender

Inhalt: In diesem Kurs stellen wir gemeinsam 24 liebevolle, geschmackvolle, kulinarische, praktische und kreative Kleinigkeiten her, die zusammen einen wunderbaren Adventkalender füllen. Mit diesem Adventkalender bekommt jeder Tag einen ganz besonderen Glücksmoment.

Eckdaten:

Mitzubringen: Schürze, Schachtel zum Heimtransport des Adventkalenders
Kosten: € 37,-- inkl. Kursbeitrag, Küchenbenützung; Lebensmittel- und Materialkosten werden nach tatsächlichem Aufwand verrechnet

Wir füllen unsere Keksdose

Inhalt: Bei diesem Kurs geht es darum, gemeinsam, in kurzer Zeit eine Menge an Keksen zuzubereiten und eine Keksdose mit verschiedensten Sorten zu füllen.

Eckdaten:

Mitzubringen: Schürze, Vorratsdosen, Geschirrtücher
Kosten: € 60,-- inkl. Kursbeitrag, Lebensmittel- und Materialkosten, Küchenbenützung und Broschüre

Erlesene Topfengerichte für jeden Geschmack

Inhalt: Topfen ist ein reines Naturprodukt, deshalb kann man Topfen jeden Tag genießen bzw. vielfältig in den Speiseplan einbauen. Die wertvollen Inhaltsstoffe sind für unseren Organismus lebenswichtig, besonders das hochwertige Eiweiß und das unentbehrliche Kalzium. Es werden verschiedene Topfen-Aufstriche, warme Vorspeisen und Hauptgerichte, sowie Cremen und süße Mehlspeisen zubereitet. Lassen Sie sich von vielen Einsatzmöglichkeiten und den süßen und pikanten Topfengerichten überraschen.

Eckdaten:

Mitzubringen: Schürze, Geschirrtücher, Vorratsdose
Kosten: € 54,-- inkl. Kursbeitrag, Lebensmittel- und Materialkosten, Küchenbenützung und Broschüre

Krapfenvariationen

Inhalt: Es werden verschiedene Krapfenvariationen aus Germteig hergestellt – von den klassischen Faschingskrapfen bis zu gefüllten Krapfen, ausgezogenen Bauernkrapfen und Stricknadelkrapfen.

Eckdaten:

Mitzubringen: Schürze, Geschirrtücher, Vorratsdose
Kosten: € 58,-- inkl. Kursbeitrag, Lebensmittel- und Materialkosten, Küchenbenützung und Broschüre: Kulinarisch unterwegs mit den Kärntner Seminarbäuerinnen im Wert von € 13,00

Klimaschutz mit Messer & Gabel – einfach – schnell - günstig

Inhalt: Nachhaltig konsumieren heißt: „So leben, einkaufen und kochen, dass es mir und anderen auch in Zukunft gut geht!“ Welche Lebensmittel sind besonders nachhaltig. Welche Bedeutung haben Transport und Herkunft unserer täglichen Lebensmittel? Wie sieht es mit Einkauf, Lagerung und Haltbarkeit aus? Lassen Sie uns gemeinsam nach dem Prinzip der Nachhaltigkeit schnelle und einfache Gerichte für den Alltag auf den Tisch bringen. Lassen Sie sich überraschen, wie hochwertig, günstig und schnell Klimaschutz am Teller ausschauen kann!

Eckdaten:

Mitzubringen: Schürze, Geschirrtücher, Vorratsdose
Kosten: € 49,-- inkl. Kursbeitrag, Lebensmittel- und Materialkosten, Küchenbenützung und Rezeptunterlage

Gekrendelte Nudelvariationen

Inhalt: Bei diesem Kurs werden gefüllte Nudel aus verschiedenen Mehlen mit süßen und pikanten Füllungen zubereitet. Zudem erlernst du das Krendeln von Nudeln

Eckdaten:

Mitzubringen: Schürze, Vorratsdosen, Geschirrtücher
Kosten: € 58,-- inkl. Kursbeitrag, Lebensmittelkosten, Küchenbenützung und Broschüre: Kulinarisch unterwegs mit den Kärntner Seminarbäuerinnen im Wert von € 13,00

Bunte Brotvielfalt – für Anfänger

Inhalt: In diesem Kurs werden unter der fachkundigen Anleitung der Seminarbäuerin verschiedenste Brote zubereitet – vom klassischen Mischbrot, über Wurzelbrot, Ruck-Zuck-Brot bis hin zu Buttermilchbrot und einigen mehr. Jeder Kursteilnehmer stellt sein eigenes, saftiges Brot her. Informationen zur Sauerteigherstellung, Getreidearten, Mehlen, Einkauf, Lagerung und Brotfehler ergänzen das Programm.

Eckdaten:

Mitzubringen: Schürze, Papiersackerl oder Korb, Geschirrtücher
Kosten: € 51,-- inkl. Kursbeitrag, Lebensmittel- und Materialkosten, Küchenbenützung und Rezeptbroschüre

Kreativ-Workshop: Trockenblumengestecke

Inhalt: Ob als stilvolle Dekoration, persönliches Geschenk oder einfach als kreative Auszeit vom Alltag – entdecke deine künstlerische Seite und gestalte dein eigenes handgefertigtes Gesteck mit Naturmaterialien und natürlichen Trockenblumen aus Wald, Wiese, Feld und (Bauern-)Garten. In diesem Kreativ-Workshop teile ich meine Erfahrungen und zeige dir, welche Pflanzen und Naturmaterialien sich für Trockengestecke gut eignen, wo und wie du sie selber sammeln und trocknen kannst, worauf du dabei achten solltest und wie dir dein individuelles Gesteck gut gelingt. Blühe kreativ auf und nimm ein Stück Natur mit nach Hause!

Eckdaten:

Mitzubringen: Baumschere, Schere, Heißklebepistole mit Klebesticks
Kosten: € 32,00 inkl. Kursbeitrag und Raumbenützungsgebühr, Materialkosten von ca. € 20,00 bis € 30,00 werden nach tatsächlichem Aufwand verrechnet

Alles aus einem Topf – die besten One-Pot-Gerichte

Inhalt: In diesem praktischen Kurs wird der Grundaufbau von One-Pot-Gerichten besprochen und mit heimischen Produkten werden regional und saisonale Köstlichkeiten gemeinsam verkocht. Die verschiedenen Gerichte reichen von traditionell, wärmend bis hin zu modern und fruchtig. Sie werden nur mit einem Topf gekocht und dabei wird Wert auf eine schnelle und einfache Handhabung in der Küche gelegt.

Eckdaten:

Mitzubringen: Schürze, Geschirrtücher, kleine Vorratsdosen oder Gläser
Kosten: € 52,-- inkl. Kursbeitrag, Lebensmittel- und Rezeptunterlage

Vegetarisch genießen – modern und unkompliziert

Inhalt: Entdecken Sie kreative, gesunde und schmackhafte Rezepte, die sich unkompliziert in den Alltag integrieren lassen. Gemeinsam bereiten wir abwechslungsreiche Gerichte mit regionalen Zutaten zu, die in kurzer Zeit gelingen und die ganze Familie begeistern. Von herzhaften Hauptspeisen über leichte Salate bis hin zu raffinierten Beilagen lernen Sie vielfältige Ideen für eine moderne vegetarische Küche kennen.

Eckdaten:

Mitzubringen: Schürze, Geschirrtücher, Vorratsdose
Kosten: € 54,-- inkl. Kursbeitrag, Lebensmittel- und Materialkosten, Küchenbenutzung und Broschüre

Ostern wie damals – Eier mit Naturfarben färben & Reindling backen

Inhalt: Alte Osterbräuche sind wieder modern. In diesem Kurs kannst du altes Wissen neu entdecken. Mit Kräutern und Gräsern lassen sich tolle Effekte auf Eiern erzielen – im Kurs gestaltet ihr für euren Ostertisch 10 Eier, mit Zwiebelschalen gefärbt, und einen Oster-Reindling.

Eckdaten:

Mitzubringen: Schürze, Papiersackerl oder Korb für Reindling, 1 Eierkarton, 2 bis 3 alte Seidenstrumpfhosen, Geschirrtücher
Kosten: € 52,-- inkl. Kursbeitrag, Lebensmittel- und Materialkosten, Küchenbenützung und Rezeptunterlage

Flechtgebäck selbst gemacht!

Inhalt: In diesem Kurs erlernst du unterschiedliche Germteigvariationen, mit denen du allerlei Flechtgebäck herstellen kannst. Im Kurs übst du das Flechten von einem 4-, 5-, und 6- Strangzopf, Ährenvarianten und Wirbelradvariationen sowie verschiedene Kleingebäcke.

Eckdaten:

Mitzubringen: Korb oder Papiersackerl für das Flechtgebäck, Geschirrtücher
Kosten: € 51,-- inkl. Kursbeitrag, Lebensmittelkosten, Küchenbenützung und neuer Broschüre

Desserts für jede Gelegenheit

Inhalt: Sie sind verführerisch, unwiderstehlich und einfach zum Dahinschmelzen. Die Rede ist von raffinierten Desserts mit regionalen Zutaten. Für all jene, die dem perfekten Desserthimmel ein Stück näherkommen wollen, haben wir das richtige Kursangebot. Schritt für Schritt werden die süßen Träume hergestellt: von fruchtig-frisch bis luftig-leicht oder zartschmelzend schokoladig! Unsere Seminarbäuerinnen verraten dir ihre Lieblingsrezepte vom zarten Schoko-Mousse über süße Kreationen mit Brandteig bis zum himmlischen Frucht-Stanitzel. Sie geben Tipps für die perfekte Vorbereitung sowie atemberaubende Deko-Ideen. Also: Alle kochbegeisterten Schleckermäulchen gleich anmelden.

Eckdaten:

Mitzubringen: Schürze, Vorratsdosen, Geschirrtücher
Kosten: € 54,00 inkl. Kursbeitrag, Lebensmittel- und Materialkosten, Küchenbenützung und Rezeptbroschüre

Heimischer Fisch - frisch auf den Tisch

Inhalt: Fisch ist ein enorm vielseitiges Lebensmittel – egal ob geräuchert oder natur – heute kommt nur heimischer Fisch in die Pfanne. Zubereitet werden schmackhafte Fischgerichte kombiniert mit neuen Beilagen – eine willkommene Abwechslung auf Ihrem Speiseplan. Natürlich erlernen Sie auch das Filetieren von Fisch. Zubereitet werden Kärntner Forellen und Saiblinge.

Eckaten:

Mitzubringen: Schürze, Geschirrtücher, Vorratsdose
Kosten: € 58,-- inkl. Kursbeitrag, Lebensmittel- und Materialkosten, Küchenbenützung und Broschüre

Linsenliebe & Bohnenzauber – Hülsenfrüchte, unser regionales Superfood

Inhalt: Hülsenfrüchte sind vielseitig, gesund und einfach zuzubereiten. Gemeinsam kochen wir köstliche Gerichte von traditionell bis orientalisch, von der Vorspeise bis zum Dessert. Mit neuen Geschmackserlebnissen begeisterst du künftig deine Familie und Gäste. Lass dich von diesem regionalen Superfood verzaubern und melde dich an – für Anfänger und Fortgeschrittene.

Eckaten:

Mitzubringen: Schürze, Vorratsdosen, Geschirrtücher
Kosten: € 54,00 inkl. Kursbeitrag, Lebensmittel- und Materialkosten, Küchenbenützung und Rezeptbroschüre

Buchweizen (Hadn) - klein aber Oho Glutenfreie Küche mit kleinem Power Korn

Inhalt: Buchweizen ist altmodisch? So ein Sterz! Komm vorbei und entdecke die Vielfalt unseres heimischen glutenfreien Jauntaler Hadns. Gemeinsam zaubern wir ein regionales Blitz-Menü, das Genuss, Nachhaltigkeit und Regionalität vereint: vom bunten Hadn-Salat über die Pizza bis hin zu Waffeln und Knusperstangerln. Nur begrenzte Plätze – jetzt anmelden und dabei sein!

Eckdaten:

Mitzubringen: Schürze, Geschirrtücher, Vorratsdose
Kosten: 57,-- € inkl. Kursbeitrag, Lebensmittelkosten, Küchenbenützung und Hadnkochbuch

Party leicht gemacht – einfache und schnelle Ideen für Buffet und Gäste

Inhalt: Ob Geburtstag, Familienfeier oder einfach nur ein gemütliches Beisammensein – mit einfachen, schnellen Rezepten und kreativen Ideen gelingt ein beeindruckendes Buffet – und das ganz stressfrei. Gemeinsam zaubern wir köstliche Partyklassiker und moderne Buffet-Hits wie Partybrezeln, Wraps, Käsekörbchen, Mini-Burger und so vieles mehr. Praktische Tipps und regionale Zutaten sorgen für genussvolle Ergebnisse, die bei Ihren Gästen garantiert gut ankommen.

Eckdaten:

Mitzubringen: Schürze, Geschirrtücher, Vorratsdose
Kosten: 59,-- € inkl. Kursbeitrag, Lebensmittelkosten, Küchenbenützung und Broschüre

Begegnung mit Wildkräutern für Einsteiger Wildkräuter erkennen, sammeln und verarbeiten

Inhalt: Wildkräuter sind nicht nur schmackhafte Delikatessen, sondern auch wirksame Arzneipflanzen. Sie wachsen fast überall und können von Frühjahr bis Herbst geerntet werden. In einem etwa einstündigen Spaziergang lernen wir, die wichtigsten Wildkräuter eindeutig zu erkennen, und erfahren zudem viel Interessantes über ihre Wirkung. Im anschließenden Kochworkshop verarbeiten wir diese zu unterschiedlichen Gerichten.

Eckdaten:

Mitzubringen: gutes Schuhwerk, evtl. Regenbekleidung
Kosten: € 52,-- inkl. Kursbeitrag, Lebensmittel- und Materialkosten und Broschüre

Grill & Chill am Bauernhof – Hof-Geflüster und Glut-Gefechte

Inhalt: Du liebst den Duft von frisch Gegrilltem, willst deine Grill-Skills auf das nächste Level heben, aber dabei absolut keinen Stress haben? Dann ist unser „Grill & Chill"-Kurs genau das Richtige für dich! Vergiss verbrannte Würstchen und trockene Steaks. Bei uns lernst du, wie du der absolute Held am Rost wirst – und das in einer Atmosphäre, die sich nach Feierabend und Urlaub anfühlt.
Auf wen das zutrifft, der ist im Kurs „Grill&Chill (am Bauernhof) – „Hof-Geflüster und Glut-Gefechte" genau richtig aufgehoben. An diesem Abend mit Kärntens einzigem aktiven Seminarbauer, Florian Jakopitsch erwartet dich …

- Meisterklasse am Rost: Egal ob Holzkohle, Gas oder Elektro – wir zeigen dir die besten Techniken, Garstufen und Geheimtipps für das perfekte Fleisch, saftigen Fisch und geniale vegetarische Grill-Highlights
- Die perfekten Begleiter: Wir mixen knackige Salate, rühren die besten Dips an und backen frisches Grillbrot.
- Chill-Vibes inklusive: ein kühles Getränk in der Hand, gute Musik im Hintergrund und entspannte Gespräche mit Gleichgesinnten. Hier wird nicht nur gelernt, hier wird genossen!

Eckdaten:

Mitzubringen: Schürze, Geschirrtücher, (mehrere, kleine) Vorratsdosen
Kosten: € 65,-- inkl. Kursbeitrag, Lebensmittel- und Materialkosten und Rezeptunterlage

Organisatorische Hinweise:

- Um einen reibungslosen Kursablauf zu gewährleisten, ist eine rechtzeitige Anmeldung der Teilnehmer/innen notwendig – bis mindestens 5 Tage vor Kursbeginn - unter der jeweils angeführten Telefonnummer. Bei Abmeldung bis zwei Tage vor Veranstaltungsbeginn fällt keine Stornogebühr an. Bei einer Absage nach Ablauf dieser Frist werden 30 % des Kursbeitrages verrechnet. Bei unentschuldigtem Nichterscheinen, Abbruch oder einseitiger Beendigung wird der gesamte Kursbeitrag in Rechnung gestellt. Bei Nominierung einer Ersatzperson entfällt die

Stornogebühr.

- Die Gesamtkosten pro Kurs setzen sich wie folgt zusammen: Kursbeitrag (€ 27,00), plus Küchenbenützungsgebühr (€ 10,00), plus Broschüre oder Rezeptunterlage (€ 2,00/€ 7,00/€ 13,00), plus Lebensmittel- und Materialkosten (je nach Kurs variabel)
- Der Kursbeitrag wird bar im Verlauf der Veranstaltung eingehoben.
- Sie möchten für eine bestehende Gruppe oder Ihren Verein einen Kurs bei Ihnen vor Ort zu einem beliebigen Thema veranstalten? Wir sind Ihnen gerne behilflich – über die Homepage www.seminarbaeuerinnen.at können Sie gerne um ein Kursangebot anfragen oder melden Sie sich bitte bei:

Manuela Pichler
Montag oder Donnerstag
Tel.: 0463/5850-1396
E-Mail: manuela.pichler@lk-kaernten.at