



Liebe Kochbegeisterte,

begrüßen Sie mit uns den Sommer und freuen Sie sich auf entspannte Stunden mit gutem Essen im familia Genuss-Forum.

Es erwartet Sie in diesem Quartal ein spannender Ausflug in die italienische, die schwedische und die isländische Küche. Außerdem machen wir eine Reise in die Küche Israels. Lassen Sie sich inspirieren!

Passend zur Grillsaison bieten wir kulinarische Anregungen in den Kursen Grillen deluxe, Salate, Marinaden und Dips, sowie Jahreszeitenküche Sommer. Für alle Fischliebhaber wird auch wieder Spannendes geboten.

Gemäß den Trends widmen wir uns in diesem Quartal auch aktuellen Themen wie Low Carb und Superfoods. Wir erlernen außerdem das Backen von Tartes & Quiches, das Verfeinern von Speisen durch Räuchern sowie die Zubereitung von köstlichen Tapas und Fingerfood.

Mit unseren kleinen Chef-Köchen backen wir lustige Meeresbewohner.

Wir freuen uns auf Sie!

Steven Renner
und das Team vom
familia Genuss-Forum



UNSER FARBLEITSYSTEM

Kochkurse...

- ...mit familia Profi-Koch Steven Renner
- ...Zusatztermin mit familia Profi-Koch Steven Renner
- ...mit unseren Gast-Köchen
- ...mit unseren Genuss-Experten
- ...zum Thema Gesunde Ernährung
- ...mit dem Högendörp-Team



VERANSTALTUNGSORT:

familia Einkaufsland Wechloy
Posthalterweg 10
26129 Oldenburg

TREFFPUNKT FÜR ALLE VERANSTALTUNGEN:

Center-Information im familia Einkaufsland Wechloy

ANMELDUNG ZUM FAMILIA GENUSS-FORUM:

An der Markt-Information familia XXL
im familia Einkaufsland Wechloy
Telefon: 04 41 / 794 - 310

Anmeldung per E-Mail möglich!
Für Informationen schicken Sie eine E-Mail an:
genussforum@familia-nordwest.de

KONTAKT BEI FRAGEN:

familia Genuss-Forum
Steven Renner, Telefon: 04 41 / 794 - 225
genussforum@familia-nordwest.de

Alle Tickets sind übertragbar, eine Rückerstattung von Teilnahmegebühren ist leider nicht möglich.



KOCH-KURSE



Di.
10.

Do.
12.

Di.
17.

Do.
19.

Di.
24.

Do.
26.

Di. 10. Kulinarische Reise rund ums Mittelmeer

Wir nehmen Sie mit auf eine kulinarische Reise rund ums Mittelmeer. Zusammen bereiten wir spanische Tapas, italienische Pasta, türkische Fleischspießchen und viele weitere aromatische Speisen zu!

18.00 bis 21.00 Uhr / 21,50 Euro
12 Teilnehmer / Steven Renner



Do. 12. Tartes & Quiches - von herzhaft bis süß, einmal quer durch die Backkunst

Herzhaftes und süßes Kuchenglück auf die ganz einfache Art. Unser Chefkoch zeigt Ihnen wie Sie schnell und einfach zum Bäcker werden.

18.00 bis 21.00 Uhr / 21,50 Euro
12 Teilnehmer / Steven Renner



Di. 17. Schwedische Sommerküche

Ob zu Wasser oder zu Land, wir zeigen wie gut Fisch und Fleisch zusammen harmonieren. Lassen Sie sich überraschen!

18.00 bis 21.00 Uhr / 21,50 Euro
12 Teilnehmer / Steven Renner



Di. 24. Tapas und Fingerfood

So wird Ihre nächste Party ein Hit: Mit köstlichen Tapas und elegantem Fingerfood werden Sie Ihre Gäste verzaubern!

18.00 bis 21.00 Uhr / 21,50 Euro
12 Teilnehmer / Steven Renner

Do. 19. Die Meeresbewohner sind los!

Aus Hefeteig und Frischkäse stellen wir lustige Meeresbewohner her.

15.30 bis 17.00 Uhr / 5,00 Euro
12 Kinder / 4-10 Jahre
Högendörp-Team
Anmeldung im Högendörp



HÖGENDÖRP

Do. 26. Salate, Marinaden und Dips

Wir zeigen Ihnen tolle und abwechslungsreiche Salate mit Nudeln, Reis und Kartoffeln, die sich gut vorbereiten lassen und in keinem Picknickkorb oder auf dem Grillfest fehlen dürfen. Bringen Sie mit uns die altbekannten Klassiker neu auf den Tisch.

18.00 bis 21.00 Uhr / 21,50 Euro
12 Teilnehmer / Steven Renner

Do.
02.**Grillen deluxe**

Ob bei einer Party, einem gemütlichen Abend mit Freunden oder bei einem Sport-Event: Grillen ist nicht nur für die Sommermonate genau das Richtige. Wie Sie jederzeit köstliche Grill-Rezepte für Fleisch, Fisch und Gemüse umsetzen können, lernen Sie bei einem unserer Grillkurse.

18.00 bis 21.00 Uhr / 25,50 Euro
12 Teilnehmer / Steven Renner

Di.
07.**Jahreszeitenküche Sommer**

Die Zeit ist reif für Köstliches aus dem Sommergarten! Wir kreieren leckere, unkomplizierte Gerichte mit Tomaten, Zucchini und Co. Auch erfrischende Salate mit vielfältigen Dressings dürfen hier nicht fehlen. Genießen Sie die Vielfalt der Natur!

18.00 bis 21.00 Uhr / 21,50 Euro
12 Teilnehmer / Steven Renner

Do.
09.**Räuchern**

Sie lieben Fisch und Fleisch in den verschiedensten Variationen? Ermöglichen Sie sich den Genuss von Räuchergut, wann immer Ihnen danach ist. Der Räucherkurs im Genuss-Forum zeigt Ihnen, was Sie beachten müssen, um perfekte Ergebnisse zu erzielen.

18.00 bis 21.00 Uhr / 22,50 Euro
12 Teilnehmer / Steven Renner

Di.
28.**Alles aus dem Meer**

Wir zeigen Ihnen viele alltagstaugliche und leckere Fisch-Rezepte, die auch Kochanfänger mühelos meistern können. Kochen Sie mit!

18.00 bis 21.00 Uhr / 23,50 Euro
12 Teilnehmer / Steven Renner



Di.
04.

Fr.
07.

Fr.
14.

Di.
18.

Mo.
24.

Fr.
28.

SEPTEMBER

Di.
04.

Italien

Mit unserem Chefkoch schmelzen Sie im Sommerglück, denn wir nehmen Sie mit auf eine Reise nach Italien.



18.00 bis 21.00 Uhr / 21,50 Euro
12 Teilnehmer / Steven Renner

Fr.
07.

Jerusalem - Kulinarische Reise nach Israel

Jerusalem und Tel Aviv - zwei kulinarische Schmelztiegel, die seit Jahrhunderten die Vielfalt von Mensch und Kultur in ihrer außergewöhnlichen Küche vereinen. Einflüsse aus den Küchen Europas, Nordafrikas und des Nahen Ostens sorgen für abwechslungsreiche Aromen und Gerichte.

18.00 bis 21.00 Uhr / 21,50 Euro
12 Teilnehmer / Steven Renner

Fr.
14.

Superfoods

Mit diesem Kurs nähern wir uns dem heißesten Trend der gesunden Küche: Superfood. „Super-food“ beschreibt im weitesten Sinne „ein nährstoffreiches Lebensmittel, das als für Gesundheit und Wohlbefinden besonders förderlich erachtet wird“. Doch was steckt eigentlich genau dahinter?

18.00 bis 21.00 Uhr / 21,50 Euro
12 Teilnehmer / Steven Renner



Di.
18.

Low Carb

Low-Carb ist keine Modeerscheinung. Es ist vielmehr eine Umschreibung für eine dauerhaft gesunde Ernährungsform. Wir zeigen Ihnen, wie Sie den Kohlenhydratanteil wieder auf ein gesundes Maß zurückdrehen, ohne dabei auf leckeres Essen verzichten zu müssen.

18.00 bis 21.00 Uhr / 21,50 Euro
12 Teilnehmer / Steven Renner

Mo.
24.

Willkommen in der Taverne

Jamas! Genießen Sie in unserem Kochkurs die herrlich leckeren Speisen und Getränke wie in einer griechischen Taverne am Strand.

18.00 bis 21.00 Uhr / 21,50 Euro
12 Teilnehmer / Steven Renner

Fr.
28.

Willkommen in Island

Wir nehmen Sie mit auf eine kulinarische Sommerreise nach Island.

18.00 bis 21.00 Uhr / 21,50 Euro
12 Teilnehmer / Steven Renner

**LESUNG +
4-GÄNGE-MENÜ**
12.+13.+15. OKT.
2018

**KRIMI
DINNER**
im familia Genuss-Forum

P. P. 45,00 EUR

**JETZT
VORMERKEN**

b.k.t.
bremer kriminal theater

**WHISKY TASTING
+ 3-GÄNGE-MENÜ**

4. Quartal 2018,
p. P. 25,00 €

**JETZT
VORMERKEN!**

ENTDECKEN SIE MEHR UNTER MALTS.COM
Bitte trinken Sie verantwortungsvoll. | DRINKIQ.COM

DIAGEO