

WILDPFLANZEN-KOCHKURSE

FRISCHE, WILDE FRÜHLINGSZUTATEN SAMMELN UND KOCHEN (MÄRZ-JUNI)

In diesen Kursen sammeln wir zusammen essbare Wildpflanzen, die auf den Wiesen und Feldern und in den Wäldern der Region gedeihen. Erste botanische Kenntnisse werden vermittelt, damit du lernst, die essbaren Wildpflanzen in deinem Umfeld zu erkennen.

DREI-TAGES-KURSE IN FELD UND KÜCHE

Alle Sinne werden angesprochen, damit sich das Gedächtnis besser zurechtfindet. Ich zeige dir, welche Teile geniessbar sind und wie du aus unserer Ausbeute ein mehrgängiges Menü kochen kannst. Die kulinarische Umsetzung mit einfachen, aber hochwertigen Produkten bereichert deinen Gaumen!

Es erwarten dich drei dichte, anspruchsvolle Tage mit viel frischer Luft, gemeinsamem Geniessen und Erkunden! Lerne die köstlichen Seiten der Natur kennen. Du wirst deine Umgebung mit ganz neuen Augen sehen!

Programm: nach dem Zimmerbezug treffen wir uns um 12 Uhr in der Casa Merogusto. Erst mal bekommst du ein stärkendes Mittagessen; nach einem kleinen Theorieteil geht's dann ab in die Kräuter. Mit dem Sammelgut werden wir schon am ersten Abend ein schönes Nachtessen zubereiten. Den zweiten Tag verbringen wir ganz in der Natur, um weitere Pflanzen kennenzulernen (Mittagessen: Picknick); am Abend kochen wir wieder zusammen ein Festessen. Am dritten Tag vertiefen und festigen wir das Gelernte mit Hilfe von Bildern und Büchern. Nach einem kurzen Ausflug kochen wir nochmals eine wilde Mahlzeit. Ende: ca. 16:30 Uhr.

Kurskosten: CHF 500.- (3 Kurs-Tage mit Unterlagen; inkl. Mahlzeiten während des Kurses. Nicht inbegriffen sind Übernachtung, alkoholische Getränke)

Kursdaten:

- // 892. Freitag 23. – Sonntag 25. 03.2018
- // 896. Mittwoch 04. – Freitag 06.04 2018
- // 899. Donnerstag 19. – Samstag 21.04.2018
- // 907. Samstag 19. – Montag 21.05.2018
- // 908. Freitag 25. – Sonntag 27.05. 2018
- // 912. Freitag 08. – Sonntag 10. 06.2018

Die Wildkräuterkurse werden bei jedem Wetter durchgeführt – bei Regen mit kürzerem Aufenthalt im Freien. Wir sind mit Autos unterwegs, es braucht daher pro Kurs noch 2 weitere Fahrzeuge von Kursteilnehmenden. Bitte gib mir Bescheid, ob du mit dem Auto anreisen kannst!

KRÄUTER-WANDERUNGEN

KRÄUTERWANDERUNGEN IN TESSINER BERGLANDSCHAFT

An drei Tagen sind wir in subalpiner Landschaft unterwegs, lernen essbare Pflanzen kennen und erkennen, erfahren Kulturelles und Geschichtliches aus den nördlichen Tälern des Tessins, und verwöhnen uns mit feiner Kost. Bei diesem neue Angebot stehen Genuss und Gemütlichkeit im Vordergrund.

Wir sind jeden Tag 4-7 Stunden auf schönen Wegen gemütlich unterwegs (max. 600 m Höhenunterschied) und geniessen Mittags ein wildes Picknick. Nach einer regenerierenden Pause im Garten der Casa Merogusto kochen wir abends einfache sommerliche Gerichte.

// 920. Dienstag 17. – Donnerstag 19. Juli 2018, jeweils 09.30 bis zirka 22.30 Uhr

// 921. Montag 23. – Mittwoch 25. Juli 2018, jeweils 09.30 bis zirka 22.30 Uhr

Kosten: CHF 500.- Inbegriffen sind: fachkundige Begleitung, 3 Picknicks und 3 Abendessen. Nicht inbegriffen sind Übernachtung, alkoholische Getränke und allfällige Transportkosten.

THEMEN KOCHKURSE

ZUSCHAUEN, GENIESSEN UND LERNEN IN DER GROSSEN KÜCHE DER CASA MEROGUSTO (JULI – FEBRUAR)

Lerne das Kochen einfacher Rezepte mit biologischen, saisonalen und vollwertigen Zutaten. Durchstöbere meine Sammlung besonderer Gewürze, aromatischer Kräuter und duftender Öle. Erfahre mehr über Slow-Food- und Pro-Specie-Rara-Produkte und entdecke Spezialitäten lokaler Produzenten. Neben dem Kochen gehört auch die gesellige Runde um den Esstisch zu den Kochkursen in der Casa Merogusto.

// 887. SPEZIALITÄTEN AUS DEM SÜDEN UND AUS DEM WILDNISS

23. - 24. Februar 2018, Freitag ab 17.00 Uhr, Samstag von 09:30 bis 16:30 Uhr

Immer noch besteht der Hauptteil unseren Speisezetteln aus Wintergemüse; aus dem Süden erreichen uns aber die ersten Spezialitäten wie Barba di Frate, Puntarelle oder Artischocken; an sonnigen Plätzchen zeigen sich schon die ersten essbaren Wildpflanzen.

Kosten Zweitages Kurs: CHF 300.– inklusiv Unterlagen, Speisen, nichtalkoholische Getränke.

Neue Daten für Themen Kochkurse werden ab Juli 2018 herausgegeben.