

# VHS-Kochkurse „Mit Profis in der Küche: Saucen“ und „Brunch“

**In den VHS-Kochkursen „Mit Profis in der Küche: Saucen“ und „Brunch“ sind noch Plätze frei und Anmeldungen möglich**

Saucen sind ein wichtiger Bestandteil eines jeden Gerichts und bestimmen seinen Charakter und Geschmack. Was wäre fein Gegrilltes oder ein deftiger Braten ohne Sauce? Die Grundlage für unterschiedlichste Saucen bildet die sogenannte „Grundsauce“. Sie kann mit verfeinernden Zutaten geschmacklich abgerundet und dem jeweiligen Gericht angepasst werden. Um hierfür Tipps und Kniffe zu erlernen, bietet die Volkshochschule Bergkamen am Freitag, 8. Mai, von 18:00 bis 21:45 Uhr den Kurs „Mit Profis in der Küche: Saucen“ an. Dozentin Brigitte Honerpeick, Bergkamens „Chutney Queen“, wie sie vom WDR betitelt wurde, erläutert an diesem Abend, was eine gute Sauce ausmacht. „Die Teilnehmenden erstellen in diesem Kurs eine Grundsauce und erhalten zahlreiche Hinweise, wie sie diese abwandeln und vielseitig einsetzen können“, sagt Honerpeick. „Wir machen ein bisschen mehr Theorie als in den VHS-Kochkursen üblich, aber auch der praktische Teil kommt nicht zu kurz.“

Der Kurs mit Kursnummer 0711 kostet 15,00 €. Zudem wird eine Lebensmittelumlage in Höhe von 8,00 € erhoben, in der die Kosten für Schraubdeckelgläser zum Mitnehmen der erstellten Saucen enthalten sind.

Sonn- und Feiertage bieten immer eine schöne Gelegenheit, Familien und Freunde um einen Tisch zu versammeln. „An Vielfalt kaum zu übertreffen ist ein Brunch, die kulinarische Kombination aus Breakfast und Lunch“, so die Dozentin Claudia Lindemann, die diesen Kurs leitet. In diesem Kurs „Brunch“ mit

der Kursnummer 0710, Donnerstag, 7. Mai, von 18:00 bis 21:45 Uhr, werden die Kursteilnehmer gemeinsam die für einen Brunch typischen warmen und kalten, süßen und herzhaften Speisen zubereiten.

Der Kurs kostet 15,00 €, zudem wird eine Lebensmittelumlage zwischen 8,00€ und 15,00€ erhoben, die abhängig der aktuellen Tagespreise umgelegt wird. Mitzubringen sind ein scharfes Messer, eine Schürze und Vorratsbehälter.

„Die Aufgabe, Kochen zu lehren und hauswirtschaftliches Wissen anschaulich zu vermitteln, übernimmt zunehmend die Erwachsenenbildung“, sagt Manuela Sieland-Bortz, die den Bereich „Ernährung“ bei der VHS Bergkamen verantwortet. „Im Mittelpunkt stehen dabei das Wissen um eine abwechslungsreiche, ausgewogene und gesundheitsbewusste Ernährung. Informationen zu Herkunft und Zusammensetzung von Nahrung sowie die angemessene Verarbeitung, Konservierung und Lagerung vorzugsweise regionaler, saisonaler und möglichst naturbelassener Lebensmittel ergänzen den praktischen Teil des Kurses. Dazu macht es einfach Spaß, in der Gruppe gemeinsam in der Küche zu arbeiten und das Ergebnis anschließend zu verkosten.“

Für alle VHS-Kurse ist eine vorherige Anmeldung zwingend erforderlich. Anmeldungen nimmt das VHS-Team persönlich während der Öffnungszeiten montags bis freitags von 08.30 – 12.00 Uhr und montags, dienstags und donnerstags von 14.00 – 16:00 Uhr im Volkshochschulgebäude „Treffpunkt“, Lessingstr. 2, 59192 Bergkamen, entgegen. Eine Kursanmeldung per Telefon ist unter den Rufnummern 02307 / 284 952 und 284 954 möglich. Online können Interessierte sich jederzeit über [www.bergkamen.de](http://www.bergkamen.de) oder direkt über [www.vhs.bergkamen.de](http://www.vhs.bergkamen.de) anmelden.