



# Asiatische Gerichte aus dem Wok

|                                     |  |
|-------------------------------------|--|
| <b>Description</b>                  | Gerichte aus dem Wok sind bunt, gesund und knackig frisch. Die kurzen Garzeiten in der hochwandigen Pfanne schonen Inhaltsstoffe, Farbe und Geschmack der Nahrungsmittel. Neben dem für den Wok typischen Rührbraten gibt es viele weitere Zubereitungsarten zu entdecken, etwa Dampfgaren, Schmoren oder Frittieren. Sie kochen Wokgerichte aus ausgewählten Ländern Asiens. Es erwarten Sie exotische Kompositionen, die im Nu zubereitet sind und herrlich duften.  |
| <b>Contenu</b>                      | <ul style="list-style-type: none"><li>• Umgang mit dem Wok und Zubereitungsarten</li><li>• Rezepte für asiatische Wokgerichte</li><li>• Arbeitstechniken (z.B. Schneiden)</li><li>• Lebensmittelkunde</li><li>• Länder und Leute</li><li>• Einkaufsmöglichkeiten</li></ul>   |
| <b>Prérequis</b>                    | Keine Vorkenntnisse nötig.   |
| <b>Groupe cible</b>                 | Personen, die ihr Repertoire mit fremdländischen Gerichten erweitern wollen.   |
| <b>Objectifs</b>                    | <ul style="list-style-type: none"><li>• Sie beherrschen den Umgang mit dem Wok und kennen diverse Zubereitungsarten.</li><li>• Sie kennen Rezepte für asiatische Wokgerichte.</li><li>• Sie kennen die Bedeutung und den Gebrauch des Woks in ausgewählten Ländern Asiens.</li><li>• Sie kochen mit typischen Nahrungsmitteln und passenden Gewürzen.</li><li>• Sie üben die Schnitttechniken und beherrschen den Umgang mit den Küchengeräten.</li><li>• Sie wissen, wo Sie die Lebensmittel in Ihrer Umgebung kaufen können.</li></ul> |
| <b>Etapas suivantes</b>             | <ul style="list-style-type: none"><li>• <a href="#">Asiatische_Küche</a></li><li>• <a href="#">Basisküche</a></li><li>• <a href="#">Fit_und_gesund_kochen</a></li><li>• <a href="#">Saisonale_Küche</a></li><li>• <a href="#">Internationale_Küche</a></li><li>• <a href="#">Fest_und_Gourmetküche</a></li><li>• <a href="#">Desserts_und_Gebäck</a></li><li>• <a href="#">Kurs_nicht_gefunden?_Teilen_Sie_uns_Ihren_Kurswunsch_mit.</a></li></ul>   |
| <b>Informations supplémentaires</b> | Die Zeiten verstehen sich inkl. Essenszeit. Bitte teilen Sie uns bei der Kursanmeldung mit, falls  |

**Klubschule Migros Bern**

Tel. +41 58 568 00 30

Welle7 / Schanzenstrasse 5  
3008 Bern

klubschule.bern@migrosaare.ch  
[klubschule.ch](http://klubschule.ch)





# Asiatische Gerichte aus dem Wok

Sie

- eine Lebensmittel-Intoleranz haben,
- dieses Kursangebot schon einmal besucht haben.

|                      |  |             |               |
|----------------------|--|-------------|---------------|
| <b>Date</b>          | 19.10.2021 - 19.10.2021 / E_1474716                |             |               |
| <b>Horaire</b>       | 18:00 - 21:30 h                                    |             |               |
| <b>Jours</b>         | Ma   |             |               |
| <b>Durée</b>         | 1 Jours de cours. Total 4.00 périodes à 50 minutes |             |               |
| <b>Ecolage</b>       | CHF 120.00   |             |               |
| <b>Lieu du cours</b> | Welle7 / Schanzenstrasse 5, 3008 Bern              |             |               |
| <b>Dates</b>         | <b>Jour</b>  | <b>Date</b> | <b>Heures</b> |
|                      | 1 Ma   | 19.10.2021  | 18:00 - 21:30 |