

## Steirisch "WOK"en

Sie möchten sich ohne viel Aufwand gesund und schmackhaft ernähren? Dann machen Sie es wie die Asiat:innen: Kochen Sie mit Wok! Aus frischen Zutaten mit aromatischen Kräutern und Gewürzen lassen sich im Wok knackig-bunte Mahlzeiten zubereiten. Im Wok gelingt alles fettarm, einfach und blitzschnell. Erlernen Sie die Grundtechniken des Pfannenrührrens, die Schnitttechnik und passende Kombinationsmöglichkeiten von Gemüse mit Fleisch oder Fisch. Minuten schnell werden Gerichte ganz nach Ihren Wünschen frisch kreiert - Ihrer Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Ein Genuss für Nase, Augen und Gaumen.

### Information

<b>Kursdauer:</b>	4 Einheiten
<b>Kursbeitrag:</b>	64,00 € TN-Beitrag
<b>Fachbereich:</b>	Gesundheit und Ernährung, Dienstleistungen
<b>Zielgruppe:</b>	interessierte Personen
<b>Mitzubringen:</b>	Kochschürze, Leerbehälter

### Verfügbare Termine