

Verwegen vegan kochen

Orzotto mit gegrilltem Spargel und Gewürzöl

Zutaten (für 4 Personen)

Für das Orzotto

250 g Orzonudeln (Risoni)
(alternativ Perlgraupen)
1 Schalotte
1 Knoblauchzehe
150 ml Weißwein
700 ml Gemüsebrühe
150 g Erbsen
1 Limette (Abrieb)
4 EL Hefeflocken
2 EL vegane Butter oder Olivenöl
Salz
Pfeffer
12 Stangen grüner Spargel

Für das Gewürzöl

150 ml Sonnenblumenöl
1 Schalotte
2 Knoblauchzehen
10 g Ingwer
½ rote Chilischote
1 Sternanis
1 TL Chiliflocken
1 ½ TL Sichuan-Pfeffer-Körner
2 TL Tomatenmark
1 TL schwarzer Sesam
1 TL weißer Sesam
Salz
2 EL Sojasauce

Benötigte Utensilien:

Scharfes Küchenmesser
Schneidebrett
feine Reibe
2 kleine Töpfe
mittlerer Topf
Grillpfanne
(alternativ geht auch eine normale)
Mörser

Tauche ein in aromatische Geschmackswelten, lerne kreative Rezepte und erlebe, wie einfach es ist, köstliche vegane Gerichte zuzubereiten. In diesem Kurs wartet ein sommerliches Orzotto mit gegrilltem Spargel auf den verwöhnten Gaumen. Zum Dessert gibt es einen süß würzigen Erdbeersalat mit grünem Pfeffer.

Rezept

Das Rezept erhalten Sie in unserem Onlinekochkurs.

Kochen Sie gemeinsam mit Teilnehmer*innen aus ganz Deutschland und kommen Sie mit auf eine virtuelle kulinarische Reise. Denn hier heißt es:

Zusammen isst man weniger allein.

Eine Anmeldung gilt für einen Haushalt.

Ihre Reiseleiterin an diesem Abend ist Christin Maiwald aus der vhs Leipzig

Freitag, 07.06.2024; 18 bis ca. 19:30 Uhr (2 UE)

Technik-Check und Kennenlernen ab 17:30 Uhr

Kosten: 15 EUR

Verwegen vegan kochen

Erdbeersalat mit grünem Pfeffer

Zutaten (für 4 Personen)

400 g Erdbeeren, gewaschen
1 - 2 EL Zucker
100 g Alsan
200 ml Orangensaft
100 ml Grand Marnier
(Alternativ: Cointreau / Triple sec
2 Zweig(e) Rosmarin
2 Teelöffel Pfeffer, eingelegt grün

Benötigte Utensilien:

Scharfes Küchenmesser
Schneidebrett
1 kleiner Topf

Tauche ein in aromatische Geschmackswelten, lerne kreative Rezepte und erlebe, wie einfach es ist, köstliche vegane Gerichte zuzubereiten. In diesem Kurs wartet ein sommerliches Orzotto mit gegrilltem Spargel auf den verwöhnten Gaumen. Zum Dessert gibt es einen süß würzigen Erdbeersalat mit grünem Pfeffer.

Rezept

Das Rezept erhalten Sie in unserem Onlinekochkurs.

Kochen Sie gemeinsam mit Teilnehmer*innen aus ganz Deutschland und kommen Sie mit auf eine virtuelle kulinarische Reise. Denn hier heißt es:

Zusammen isst man weniger allein.

Eine Anmeldung gilt für einen Haushalt.

Ihre Reiseleiterin an diesem Abend ist Christin Maiwald aus der vhs Leipzig

Freitag, 07.06.2024; 18 bis ca. 19:30 Uhr (2 UE)

Technik-Check und Kennenlernen ab 17:30 Uhr

Kosten: 15 EUR