03.11.2017

Vegetarische Japanische Küche an der VHS

Einen Einblick in die vegetarische japanische Küche erhalten Kursteilnehmerinnen und -teilnehmer im Kochkurs "Japanische Küche - vegetarisch" an der Volkshochschule (VHS) Ludwigshafen am Freitag, 17. November 2017, von 18 bis 21.30 Uhr. Die Kursleiterin Kuniko Owada stellt eine Auswahl japanischer vegetarischer Gerichte vor. Neben Gemüse werden zum Beispiel Tofu (pflanzlicher Eiweißlieferant aus Sojabohnen), Miso (würzige Sojabohnenpaste), Algen (Seetang), Sesam und Ingwer benutzt. Die Gerichte erhalten durch spezielle Zubereitung und Würzung den typisch japanischen Geschmack. Sie werden gekocht, frittiert, gegrillt und roh gegessen. Das in Japan viel verwendete Fischaroma aus Fischpulver wird in diesem Kurs durch Algen ersetzt. Der Kurs findet in der Lehrküche der VHS statt. Die Gebühr beträgt 32 Euro inklusive Lebensmittelkosten. Mitzubringen sind: ein eigenes Getränk, eine Schürze, ein Geschirrtuch, ein scharfes Messer und Behälter für eventuelle Reste. Anmelden können sich Frauen und Männer unter Telefon 0621 504-2238 oder online unter www.vhs-lu.de.