

Kookavonden voor de jongerengroep

Vanaf woensdag 25 januari 2012

Woensdag 25 januari: “Verleidelijke vis”

Kies je meestal ook voor een gestoomde zalmoot, tongrolletjes, kabeljauw of fishsticks als je vis klaarmaakt? Er zijn nochtans ontzettend veel soorten vis en je kunt er enorm mee variëren. Denk maar aan stomen, bakken, grillen, bereiden “en papilote” en als onderdeel van een quiche of ovenschotel. Vis is bovendien gezond, lekker en lijnvriendelijk. Hoog tijd om meer vis op tafel te zetten!

Woensdag 29 februari: “Koken met 5 ingrediënten”

Je hebt geen volle winkelkar nodig om in de keuken aan de slag te kunnen. Gerechten met slechts 5 ingrediënten zijn gemakkelijk, haalbaar en uiteraard ook lekker! Je tovert in een handomdraai een heerlijke maaltijd op tafel.

Woensdag 28 maart: “Groenten in de kijker”

Wist je dat geroosterde bloemkool heel lekker is? En dat wortelen uitstekend samengaan met komijn? We hebben allemaal onze gebruikelijke manier van groenten klaarmaken, maar er is zoveel meer mogelijk! In dit thema geven we groenten net dat ietsje meer door smaakvolle combinaties of verrassende bereidingswijzes.

Deze kookavonden zijn **meewerklessen**. De deelnemers koken dus zelf. Zowel ervaren als minder ervaren keukenprinsessen zijn welkom!

Datums en uur: **Woensdag 25 januari, 29 februari en 28 maart 2012 om 19.00 u.**

Plaats: Ontmoetingscentrum Ballaer (Petruskeuken)

Lesgeefster: Maria Verschoten

Deelnemeprijs: KVLV-leden: 12,00 € per les – Niet-leden: 15,00 € per les
KLJ-leden & Jongeren t/m 25 jaar: 12,00 € per les
Op voorhand te betalen – maaltijd inbegrepen.

Inschrijven: **Bij Lieve Ceulemans**
(Rode Kruisstraat 2 – tel.: 03/482.34.35 – lieve.ceulemans@skynet.be),
of **bij Martine Van Tomme**
(Welvaartstraat 179 – tel.: 03/422.57.22 – martine.vantomme3@telenet.be),
ten laatste tegen woensdag 18 januari.

Betalen: Bij één van bovenstaande bestuursleden of via de rekening van KVLV: 733-2021134-72, met vermelding van “Kookavond jongerengroep + datum”.

Meebrengen: Keukenschort, 3 keukenhanddoeken, aardappelmessje, snijplank.

Brochure: “Hartig en zoet” – Prijs: 10,00 €
Vrijblijvend te bestellen tijdens de les.

Alle info over onze activiteiten vind je op www.kvlvberlaar.be