

X0307318 Vegane Rezepte aus Sri Lanka

Beginn	Samstag, 08.11.2025, 10:00 - 14:00 Uhr
Kursgebühr	47,00 €
Dauer	1-mal
Kursleitung	Christina Weinreich
Informationen	Getränke, ggf. eigenes Kochmesser und Kochschürze, Behältnis für nicht verzehrte Speisen. Bitte seien Sie pünktlich am Kursort. Parken: Parkplatz Schulzentrum am Dörnweg. Die Lehrküche befindet sich im Erdgeschoss, Raum 039, auf der rechten Seite hinter dem Haupteingang.
Kursort	Lehrküche, Dörnweg 53, 65760 Eschborn

Die sri-lankische Küche ist ein Feuerwerk der Aromen! Sie zeichnet sich - ähnlich wie die indische Küche - durch Reis- und Curry-Gerichte aus. Viele Speisen sind von Natur aus vegan, da es in Sri Lanka unglaublich viele Gemüse- und Obstsorten gibt, aus denen schmackhafte Curries, frische Salate, Sambols, Pickles und Chutneys zubereitet werden. Fester Bestandteil der sri-lankischen Küche sind außerdem Hülsenfrüchte. Anstelle von Fisch oder Fleisch steht häufig Soja-Meat-Curry auf dem Speiseplan. Eine weitere unerlässliche Zutat der sri-lankischen Gerichte ist Kokosmilch. Aber Achtung: neben exotischen Gewürzen und Kräutern wie z.B. Zimt, Curryblätter, Gelbwurz und Bockshornklee liebt man in Sri Lanka Chili. Dementsprechend scharf sind viele Gerichte. Die Lebensmittelkosten (17 Euro) sind in der Kursgebühr enthalten.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
08.11.2025	10:00 - 14:00 Uhr	Eschborn, Heinrich-v.-Kleist-Schule, Lehrküche

[zur Kursdetail-Seite](#)