

## X0307329 Kimchi - der koreanische Alleskönner

Beginn	Samstag, 24.01.2026, 10:00 - 14:00 Uhr
Kursgebühr	46,00 €
Dauer	1-mal
Kursleitung	Yeon Seon Lim
Informationen	Getränke für den eigenen Bedarf, Behälter für Reste, Geschirrhandtücher, eine Schürze und ein scharfes Messer. Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob Sie vegetarisch essen. 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

Das koreanische Kimchi gilt dank seiner zahlreichen Nährstoffe als eines der gesündesten Lebensmittel der Welt. In Korea wird das leuchtend rote, scharf säuerliche Gemüse zu fast jedem Essen gereicht, als Suppe oder als Beilage zu Fisch, Fleisch oder Tofu. Das Traditionsgericht gilt als Superfood, denn es enthält wenig Kalorien, viele wertvolle Vitamine, Ballaststoffe und Mineralstoffe. Das eingelegte Kohlgemüse bringt nicht nur den Stoffwechsel und die Verdauung in Schwung, sondern aktiviert auch die Abwehrkräfte. In diesem Kurs werden sowohl vegetarische Gerichte als auch Speisen mit Eiern und Fleisch zubereitet, vegane Variationen können ergänzt werden. Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob Sie vegetarisch essen. Die Lebensmittelkosten (16 Euro) sind in der Kursgebühr enthalten.

### Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
24.01.2026	10:00 - 14:00 Uhr	Eschborn, Heinrich-v.-Kleist-Schule, Lehrküche

[zur Kursdetail-Seite](#)