

## Y0307143 Singleküche – lecker kochen für eine Person

Beginn	Mittwoch, 11.03.2026, 18:30 - 21:30 Uhr
Kursgebühr	55,00 €
Dauer	1-mal
Kursleitung	Hiltrut Römer
Informationen	Getränke für den eigenen Bedarf, Wasser-/Weinglas, Behälter für Reste, Geschirrhandtücher, eine Schürze und ein scharfes Messer. Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob Sie vegetarisch essen.
Kursort	, ,

Sie kochen oft nur für sich selbst und möchten trotzdem gesund, abwechslungsreich und unkompliziert genießen? In diesem Kurs lernen Sie einfache Gerichte kennen, die perfekt auf eine Portion abgestimmt sind. Themen sind unter anderem Planung und Einkauf, clevere Vorratshaltung, kreative Resteverwertung sowie schnelle Alltagsgerichte und Meal-Prep-Ideen für die Woche. Die Lebensmittelkosten sind in der Kursgebühr enthalten. Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob Sie vegetarisch essen.

### Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
11.03.2026	17:45 - 18:30 Uhr	Hofheim, vhs, 3.06
11.03.2026	18:30 - 21:30 Uhr	Hofheim, vhs, 3.06

[zur Kursdetail-Seite](#)