

**Schmecken, riechen, gestalten, kreieren, kombinieren, andere Kulturen kennenlernen,** Bilder „malen“, fühlen, kneten, rühren, probieren..., das alles und noch mehr ist Kochen und: es macht glücklich!

In meinem Kochkurs werden wir gemeinsam Menüs gestalten und sie dann natürlich auch zusammen genießen.

Wer Lust hat kann morgens zwischen 8.00 und 9.00 Uhr zusammen mit mir yoga machen.

Um 9.00 Uhr gibt es Frühstück und um 10.00 treffen wir uns in der Küche.

Der folgende dreistündige Vormittagsblock ist speziellen Themen gewidmet.

Brot und Teige sind eines. Antipasti und begleitende Leckereien, die im Italienischen Contorni heißen, sind ein weiteres Lieblingsthema für vormittags. Pasta, Gnocchi und Konsorten dürfen nicht fehlen. Die Zubereitung leckerer und verblüffender Dolci (Süßspeisen) am Vormittag, entlastet uns nachmittags bei der Zubereitung des Menus.

An einem der Vormittage werden wir einen Spaziergang in die Natur unternehmen, um essbare Wildpflanzen entlang des Weges zu entdecken und zu erfahren, wie wir diese Schätze in unseren Speiseplan einbeziehen können.

Für Mittags habt ihr euch entweder schon etwas vom reichhaltigen Frühstücksbuffet eingepackt oder ihr bereitet euch in unserer Gästeküche einen Salat oder auch eine Pasta zu.

In der folgenden Pause könnt ihr die Umgebung erkunden oder im Pool schwimmen...

Um 16.00 beginnen wir unser Abendessen vorzubereiten, was dann um 19.00 Uhr auf dem Tisch stehen sollte.

Der Mittwoch ist Ausflugstag:

Morgens gehen wir gemeinsam auf den Markt, dann vielleicht weiter zu einer Weinprobe in der Nähe bei einem biologischen Weingut.

Die italienische Kultur ist berühmt und natürlich auch hier in der Toscana reich vertreten. In einer malerischen toskanischen Stadt

können wir Kultur genießen und den Abend in einem Restaurant mit einem gemeinsamen Essen beschließen.

Damit auch wirklich jeder etwas zu tun hat, möchte ich nicht mehr als acht Teilnehmer annehmen.

Die Kosten für die Woche pro Person, bei Übernachtung im Doppelzimmer mit Gemeinschaftsbad, betragen 1.200,00€.

Darin enthalten ist der Kurs, Weinprobe, Eintritt in Museen und auswärtiges Essen.

Die Kosten für Einzelzimmer und Zimmer mit eigenem Bad könnt ihr bei Interesse erfragen.

Anreise am Sonntag den bitte nicht vor 17.00Uhr, dann können wir alle Vorbereitungen in Ruhe abschließen.

Wer mit dem Zug anreist, wird in Bibbiena abgeholt, aber dazu, und zur Anreise generell, können wir noch später kommunizieren.

Angekommen entspannt ihr euch bei einem Apperitivo von der Reise und um 19.00Uhr gibt es Abendessen.

Danach stelle ich euch kurz das genaue Kursprogramm vor.

Der Juni ist ein wunderschöner Monat für einen Kochkurs. Es gibt schon viel verschiedene Gemüse und auch Früchte und in meinem Garten wird hoffentlich schon das eine oder andere sprießen.

Ich freue mich auf ein gemeinsames Kocherlebnis mit euch. Renate

