

SEMINAR
BÄUER
INNEN

lk Landwirtschaftskammer
Niederösterreich



Komm & koch

mit den Bäuerinnen!



UrGut!

Kochseminare

Herbst 2021 bis
Frühling 2022

Ländliches
Fortbildungs
Institut



www.urgutkochen.at

Die **UrGut! Kochseminare** sind eine Initiative der Landwirtschaftskammer NÖ. In den **UrGut! Kochseminaren** vermitteln Seminarbäuerinnen überliefertes Küchenwissen für moderne Ansprüche.

Kursorte: Eine Bezirksbauernkammer in Ihrer Nähe und die Landwirtschaftskammer NÖ in St. Pölten. Die genaue Adresse des Kursortes erhalten Sie bei Anmeldung mit der Buchungsbestätigung.

Anmeldeschluss: Zwei Wochen vor Kursbeginn.

Gruppenbuchungen

UrGut! Kochseminare sind eine gute Gelegenheit für ein spannendes Teamtraining in der Firma, eine Alternative zu Betriebsfeiern mit Kollegen oder auch eine gute Idee für ein persönliches Kochseminar mit Freunden oder Ihrer Familie. Oder vielleicht will man seinen eigenen Geburtstag oder Kindergeburtstag einmal kreativ anders begehen.

Information und Anmeldung

Referat Gesellschaftsdialog

Telefonisch: 05 0259 28200

Per E-Mail: urgutkochen@lk-noe.at

Die **UrGut! Kochseminare** ganz in Ihrer Nähe!



Weitere Informationen unter

www.urgutkochen.at

	Kursort	Fermentieren
Industrie- viertel	Baden + Mödling	17.09.2021, 09 ⁰⁰ -13 ⁰⁰
		17.09.2021, 15 ⁰⁰ -19 ⁰⁰
	Wr. Neustadt	24.09.2021, 09 ⁰⁰ -13 ⁰⁰
		24.09.2021, 15 ⁰⁰ -19 ⁰⁰
Mostviertel	Melk	23.09.2021, 18 ³⁰ -22 ³⁰
	St. Pölten	21.09.2021, 16 ⁰⁰ -20 ⁰⁰
	Tullnerfeld	24.09.2021, 16 ⁰⁰ -20 ⁰⁰
Waldviertel	Gmünd	04.09.2021, 13 ³⁰ -17 ³⁰
	Zwettl	17.09.2021, 13 ³⁰ -17 ³⁰
Weinviertel	Gänserndorf	24.09.2021, 17 ⁰⁰ -21 ⁰⁰
	Hollabrunn	17.09.2021, 17 ⁰⁰ -21 ⁰⁰
	Korneuburg	01.09.2021, 17 ³⁰ -21 ³⁰
02.09.2021, 17 ³⁰ -21 ³⁰		



Foto: Elisabeth Heidegger/LK Niederösterreich

Mit Kreativität, Gemüse, Salz und Zeit kann jede/er seine eigenen fermentierten Spezialitäten herstellen. Milchsäuregärung bzw. Fermentation ist ein Verfahren aus Omas Zeiten, das gerade wiederentdeckt wird. Das vergorene Gemüse bietet eine wunderbare Aromen-Vielfalt: Die belebende Säure, die prickelnde Frische und der exquisite Geschmack geben ihm eine besondere Note. Lassen Sie sich inspirieren von der regionalen Geschmacksvielfalt und tauchen Sie ein in die wunderbare Welt des Fermentierens von Gemüse. Viel Freude beim Hobeln, Stampfen und natürlich beim Verkosten von selbstgemachten Köstlichkeiten wie Sauerkraut, Kimchi und Wurzelgemüsemix!

Dauer: 4 Stunden
Seminarbeitrag: 49 Euro, exkl. 18 Euro Lebensmittelkosten



Vegetarisch is(s)t Vielfalt!



	Kursort	Vegetarisch is(s)t Vielfalt
Industrieviertel	Baden + Mödling	20.10.2021, 17 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 21.10.2021, 09 ⁰⁰ -13 ⁰⁰
	Bruck/L.	05.10.2021, 17 ⁰⁰ -21 ⁰⁰
	Neunkirchen	06.10.2021, 09 ⁰⁰ -13 ⁰⁰
	Wr. Neustadt	11.10.2021, 17 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 12.10.2021, 17 ⁰⁰ -21 ⁰⁰
		13.10.2021, 09 ⁰⁰ -13 ⁰⁰
Mostviertel	Amstetten	22.10.2021, 13 ⁰⁰ -17 ⁰⁰
	Melk	22.10.2021, 18 ³⁰ -22 ³⁰
	Scheibbs	21.10.2021, 18 ³⁰ -22 ³⁰
	St. Pölten	14.10.2021, 16 ⁰⁰ -20 ⁰⁰
	Tullnerfeld	15.10.2021, 16 ⁰⁰ -20 ⁰⁰
Waldviertel	Waidhofen/Ybbs	14.10.2021, 13 ⁰⁰ -17 ⁰⁰
	Gmünd	16.10.2021, 13 ³⁰ -17 ³⁰
	Zwettl	15.10.2021, 13 ³⁰ -17 ³⁰
Weinviertel	Gänserndorf	22.10.2021, 16 ⁰⁰ -20 ⁰⁰ 23.10.2021, 09 ⁰⁰ -13 ⁰⁰
	Hollabrunn	28.10.2021, 17 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 29.10.2021, 17 ⁰⁰ -21 ⁰⁰
	Korneuburg	21.10.2021, 17 ³⁰ -21 ³⁰
	Mistelbach	22.10.2021, 17 ³⁰ -21 ³⁰
		22.10.2021, 17 ³⁰ -21 ³⁰



Foto: Franz Gleiß/LK Niederösterreich

Vegetarische Gerichte gelten heute als Fixpunkte moderner und bewusster Ernährung. Dabei haben sie in Österreich als „Freitagsküche“ eine lange Tradition: Gemeinsam zaubern wir aus Gemüse, Hülsenfrüchten und anderen pflanzlichen Zutaten sowie Milch und Eiern Speisen „mit Biss und Geschmack“. Von pikant bis süß. Und so köstlich, dass gerne ein paar Mal öfters Freitag sein darf!



Dauer: 4 Stunden
Seminarbeitrag: 49 Euro, exkl. 18 Euro Lebensmittelkosten



	Kursort	Brotbackkurs
Industrie- viertel	Baden + Mödling	
	Neunkirchen	19.11.2021, 09 ⁰⁰ -15 ⁰⁰
	Wr. Neustadt	17.11.2021, 09 ⁰⁰ -15 ⁰⁰
Mostviertel	Amstetten	16.11.2021, 09 ⁰⁰ -15 ⁰⁰
	Melk	05.11.2021, 09 ⁰⁰ -15 ⁰⁰
	Scheibbs	10.11.2021, 14 ⁰⁰ -20 ⁰⁰
	St. Pölten	09.11.2021, 14 ⁰⁰ -20 ⁰⁰
		18.11.2021, 15 ⁰⁰ -21 ⁰⁰
	Tullnerfeld	19.11.2021, 15 ⁰⁰ -21 ⁰⁰
Waldviertel	Tullnerfeld	04.11.2021, 15 ⁰⁰ -21 ⁰⁰
	Waidhofen/Ybbs	05.11.2021, 15 ⁰⁰ -21 ⁰⁰
	Horn (BW Mold)	23.11.2021, 08 ⁰⁰ -14 ⁰⁰
	Waidhofen/Thaya Zwettl	09.11.2021, 09 ⁰⁰ -15 ⁰⁰
16.11.2021, 09 ⁰⁰ -15 ⁰⁰		
Weinviertel	Zwettl	11.11.2021, 09 ⁰⁰ -15 ⁰⁰
	Gänserndorf	08.11.2021, 09 ⁰⁰ -15 ⁰⁰
	Hollabrunn	19.11.2021, 15 ⁰⁰ -21 ⁰⁰
		20.11.2021, 09 ⁰⁰ -15 ⁰⁰
	Korneuburg	16.11.2021, 16 ⁰⁰ -22 ⁰⁰
Mistelbach	17.11.2021, 16 ⁰⁰ -22 ⁰⁰	
	25.11.2021, 16 ⁰⁰ -22 ⁰⁰	
		26.11.2021, 16 ⁰⁰ -22 ⁰⁰
		12.11.2021, 16 ³⁰ -22 ³⁰



Foto: Elisabeth Heidegger / LA Niederrösterreich

Wer liebt nicht den Duft von frisch gebackenem Brot? Umso besser, wenn man ihn sich sogar in die eigene Küche holen kann. Lernen Sie im Brotbackkurs Ihr eigenes Brot zu backen! Die Palette reicht vom Bauernbrot, Roggenbrot, Vollkornbrot, Kürbisbrot und Toastbrot bis hin zur Herstellung von Sauerteig. Außerdem gibt's hilfreiche Tipps und Tricks, damit Ihr Brot garantiert gelingt. Genießen Sie im Kurs den Duft von frisch gebackenem Brot und freuen Sie sich auf die Verkostung! Versprochen: Nach diesem Kurs beginnen auch Sie mit dem Brot backen!



Dauer: 6 Stunden
Seminarbeitrag: 65 Euro, inkl. Lebensmittelkosten

	Kursort	Blätter- & Plunderteig
Industrie- viertel	Baden + Mödling	18.01.2022, 15 ⁰⁰ -19 ⁰⁰
	Wr. Neustadt	19.01.2022, 09 ⁰⁰ -13 ⁰⁰
Mostviertel	Melk	21.01.2022, 18 ³⁰ -22 ³⁰
	St. Pölten	12.01.2022, 17 ⁰⁰ -21 ⁰⁰
	Tullnerfeld	13.01.2022, 17 ⁰⁰ -21 ⁰⁰
Waldviertel	Gmünd	15.01.2022, 09 ⁰⁰ -13 ⁰⁰
	Krems	07.01.2022, 16 ⁰⁰ -20 ⁰⁰
	Zwettl	29.01.2022, 09 ⁰⁰ -13 ⁰⁰
Weinviertel	Gänserndorf	27.01.2022, 17 ⁰⁰ -21 ⁰⁰
	Hollabrunn	27.01.2022, 17 ⁰⁰ -21 ⁰⁰
	Korneuburg	12.01.2022, 17 ³⁰ -21 ³⁰ 13.01.2022, 17 ³⁰ -21 ³⁰



Foto: Elisabeth Heidegger/LK Niederösterreich

Ob Golatschen, Schnecken, Schaumrollen oder Würstel im Schlafrock - sie haben etwas gemeinsam – den Blätterteig. Wer nicht den Fertigteig mit Zieh- oder Palmfett verwenden möchte, erfährt im Kurs, wie der Teig der 1000 Schichten mit köstlicher Butter einfach selbst hergestellt werden kann. Plunderteig und Schmergeig bieten Abwechslung und für Eilige verraten die Seminarbäuerinnen wie der Blitz-Blätterteig zubereitet wird. Die süßen und pikanten knusprigen Köstlichkeiten werden aus dem Backrohr noch warm verkostet.



Dauer: 4 Stunden
Seminarbeitrag: 49 Euro, exkl. 18 Euro Lebensmittelkosten

Neu

	Kursort	Burger-Party für Kids
Industrie- viertel	Baden + Mödling	26.11.2021, 15 ⁰⁰ -17 ³⁰
	Wr. Neustadt	12.11.2021, 15 ⁰⁰ -17 ³⁰
Mostviertel	Melk	29.10.2021, 16 ⁰⁰ -18 ³⁰
	St. Pölten	04.01.2022, 09 ⁰⁰ -11 ³⁰
	Tullnerfeld	05.01.2022, 09 ⁰⁰ -11 ³⁰
Waldviertel	Gmünd	12.02.2022, 13 ³⁰ -16 ⁰⁰
	Zwettl	19.02.2022, 13 ³⁰ -16 ⁰⁰
Weinviertel	Hollabrunn	11.12.2021, 10 ⁰⁰ -12 ³⁰
	Korneuburg	13.11.2021, 09 ³⁰ -12 ⁰⁰
		27.11.2021, 09 ³⁰ -12 ⁰⁰



Foto: Franz Gleiß/LK/Niederösterreich

**Kurse
für Kinder
7-11 Jahre**

Wie müsste der „Burger deiner Träume“ aussehen? Mit drei Stockwerken, saftigen Saucen und oben knusprigem Sesam? Oder mit viel Käse drin, frischen Kräutern und buntem Salat? Mit uns bereitest du den Burger zu, den es in keinem Fastfood-Restaurant der Welt gibt: Mit ganz vielen frischen Zutaten aus der Region. Mit der Hilfe unserer „Burgermeisterin“, die dir zeigt, wie's geht. Und mit Riesenspaß beim gemeinsamen Burger-Bauen und danach beim Burger-Schmausen!

Dauer: 2,5 Stunden
Seminarbeitrag: 26 Euro, exkl. 8 Euro Lebensmittelkosten



Neu

	Kursort	Gut, besser, Burger
Industrieviertel	Baden + Mödling	16.02.2022, 17 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 17.02.2022, 09 ⁰⁰ -13 ⁰⁰
	Bruck/L.	01.02.2022, 17 ⁰⁰ -21 ⁰⁰
	Neunkirchen	02.02.2022, 09 ⁰⁰ -13 ⁰⁰ 21.02.2022, 17 ⁰⁰ -21 ⁰⁰
	Wr. Neustadt	22.02.2022, 17 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 23.02.2022, 09 ⁰⁰ -13 ⁰⁰
		Amstetten
Mostviertel	Melk	17.02.2022, 16 ⁰⁰ -20 ⁰⁰
	Scheibbs	16.02.2022, 18 ³⁰ -22 ³⁰
	St. Pölten	24.02.2022, 17 ⁰⁰ -21 ⁰⁰
	Tullnerfeld	25.02.2022, 17 ⁰⁰ -21 ⁰⁰
	Waidhofen/Ybbs	09.02.2022, 08 ³⁰ -12 ³⁰
Waldviertel	Gmünd	11.02.2022, 13 ³⁰ -17 ³⁰
	Krems	18.02.2022, 16 ⁰⁰ -20 ⁰⁰
	Zwettl	18.02.2022, 13 ³⁰ -17 ³⁰
Weinviertel	Gänserndorf	25.02.2022, 17 ⁰⁰ -21 ⁰⁰
	Hollabrunn	07.02.2022, 17 ⁰⁰ -21 ⁰⁰ 08.02.2022, 17 ⁰⁰ -21 ⁰⁰
		Korneuburg
	Mistelbach	18.02.2022, 17 ³⁰ -21 ³⁰



Foto: Franz Gleiß/LK/Niederösterreich

Lernen Sie in diesem Kurs den Burger von seiner kreativen Seite kennen. Am Programm stehen frisch gebackene Burger-Brötchen (Buns) und das Zubereiten und Formen der variantenreichen Burger-Füllungen (Patties). Mit köstlichem Käse oder knusprigem Speck zusammengebaut werden Sie zum „Burgermeister“!
Für die Würze sorgen frische Salate und kreative Beilagen. Mit der richtigen Grilltechnik wird der Burger zum „kulinarischen Gesamterlebnis“!
In diesem Sinne: Gut, besser, BURGER!

Dauer: 4 Stunden
Seminarbeitrag: 49 Euro, exkl. 18 Euro Lebensmittelkosten





Fermentieren – Gemüse haltbar gemacht

Mi, 29. September 2021, 17.30 Uhr

Mit Kreativität, Gemüse, Salz und Zeit kann jede/r seine eigenen fermentierten Spezialitäten herstellen. Milchsäuregärung bzw. Fermentation ist ein Verfahren aus Omas Zeiten, das gerade wiederentdeckt wird. Das vergorene Gemüse bietet eine wunderbare Aromen-Vielfalt.

Brotbacken mit Sauerteig – für Einsteiger

Do, 28. Oktober 2021, 17.30 Uhr

Wer liebt nicht den Duft von frisch gebackenem Brot? Umso besser, wenn man ihn sich sogar in die eigene Küche holen kann. Was Sie fürs Brotbacken benötigen und wie die Herstellung von Sauerteig funktioniert, lernen Sie Schritt für Schritt unter Anleitung in diesem Cookinar.

Wintergemüse – Fitmacher in der kalten Jahreszeit

Di, 30. November 2021, 17.30 Uhr

Die breite Vielfalt an Wintergemüse neu entdecken. Mit Rotkraut, Grünkohl, Kohlsprossen, Pastinaken, Rüben, Sellerie, Wirsing, Chinakohl und Wintersalaten wird der Herbst und Winter so richtig bunt! Als süßen Abschluss gibt es noch Weihnachtsgeschenktipp: Bratapfel-Nuss-Marmelade und eine Karotten-Marmelade.

Karpfen – köstlicher Fisch aus heimischen Teichen

Di, 7. Dezember 2021, 17.30 Uhr

Ob knuspriges Filet gebraten, gekocht oder im Ganzen als Weihnachtskarpfen die Zubereitungsvarianten sind vielfältig. Im Cookinar erhalten Sie viele Küchentipps und erfahren worauf beim Karpfen-Einkauf zu achten ist.

Blätter- und Plunderteig

Do, 13. Jänner 2022, 17.30 Uhr

Ob Golatschen, Schnecken, Schaumrollen oder Würstel im Schlafrock - sie haben etwas gemeinsam – den Blätterteig. Wer nicht den Fertigteig mit Zieh- oder Palmfett verwenden möchte, erfährt im Kurs, wie der Teig der 1000 Schichten mit köstlicher Butter einfach selbst hergestellt werden kann.

Gut, besser, Burger

Fr, 18. Februar 2022, 17.30 Uhr

Am Programm stehen frisch gebackene Burger-Brötchen (Buns) und das Zubereiten und Formen der variantenreichen Burger- Füllungen (Patties). Mit köstlichem Käse oder knusprigem Speck zusammengebaut werden Sie zum „Burgermeister“!

Bärlauch

Do, 10. März 2022, 17.30 Uhr

Wenn im Frühling das erste Grün in Sicht ist, hält auch der Bärlauch in den Küchen Einzug. Er überzeugt mit seinem kräftigen Aroma und seinen wertvollen Inhaltsstoffen. Die Seminarbäuerin erklärt wann du am Besten pflücken gehst und worauf du dabei achten sollst.



Vegetarisch is(s)t Vielfalt

Di, 05. April 2022, 17.30 Uhr

Vegetarische Gerichte gelten heute als Fixpunkte moderner und bewusster Ernährung. Gemeinsam zaubern wir aus Gemüse, Hülsenfrüchten und anderen pflanzlichen Zutaten sowie Milch und Eiern Speisen „mit Biss und Geschmack“. Von pikant bis süß.

UrGut! Kochseminare sind eine gute Gelegenheit für ein entspanntes Teamtraining in der Firma, eine Alternative zu Betriebsfeiern mit Kollegen oder auch eine gute Idee für ein persönliches Kochseminar.

Die herzhaften UrGut! Kochseminare

- Bäuerliche Knödelküche
- Herzhafte Pfannengerichte
- Erdäpfelkreationen
- Strudelfreuden
- Festmenü – statt Stressmenü
- Jausenhits für Schule, Freizeit & Beruf
- Schnitzel – Variationen
- Alles Pute – Truthahngerichte genussvoll & leicht
- Hülsenfrüchte – Bohn Appetit
- Kuh-les mit Milch & Co
- Mund.Werk – Fingerfood und andere kleine Köstlichkeiten
- Rindfleisch – trendig & traditionell mit köstlichen Beilagen
- Eintopfküche – alles aus einem Topf
- Pizza, Gnocchi & Co
- Gut, besser, Burger – Patties, Buns & Co 
- Vegetarisch is(s)t Vielfalt! 

UrGut! Backseminare

- Brotbackkurs – Lerne selbst Brot zu backen (6 Stunden)
- Weckerl knusprig & frisch – selbst gebacken (6 Stunden)
- Kreative Brotideen – raffiniert und selbstgebacken (6 Stunden)
- Brote und Weckerl – glutenfrei backen
- Langzeitführung – Brot und Gebäck für Fortgeschrittene


Jetzt ist es Zeit für dieses UrGut! Kochseminar

- Spargel und Erdbeerzeit (April bis Mai)
- Saftige Kirschen (Juni)
- Gartenfrische Salate (Frühling und Sommer)
- Kürbisvariationen (September bis November)
- Wintergemüse (Herbst und Winter)
- Fermentieren – Gemüse haltbar gemacht

Die süßen UrGut! Seminare

- Phantasievolle Desserts
- Vielfältig & frech – Kuchen vom Blech
- Kekse für alle Fälle – selber backen und verzieren

Kurse für Kinder (7-11 Jahre)

- Pizza-Flitzer: Pizza easy selbst gemacht
- Osterbackstube – was hoppelt und raschelt da?
- Weihnachtsbackstube – wie das duftet!
- Burger-Party – formen, bauen & schmausen 

Gerne werden bei Gruppenbuchungen individuelle Termin- und Zeitwünsche berücksichtigt, es sind auch Abend- oder Wochenendkurse und Kurse für Kinder möglich. Preis auf Anfrage.

Für weitere detaillierte Informationen und zur Anmeldung stehen Ihnen Dipl.-Päd. Ing. Elisabeth Heidegger und das Referat Gesellschaftsdialog unter 05 0259 28200 oder per E-Mail: urgutkochen@lk-noe.at gerne zur Verfügung.





Foto: Julia Wesely

Die Seminarbäuerinnen freuen sich auf Ihr Kommen.

Die **UrGut! Kochseminare** sind eine Initiative der Landwirtschaftskammer NÖ. In den **UrGut! Kochseminaren** vermitteln Seminarbäuerinnen überliefertes Küchenwissen für moderne Ansprüche.

Kursorte: Eine Bezirksbauernkammer in Ihrer Nähe und die Landwirtschaftskammer NÖ in St. Pölten.

Die genaue Adresse des Kursortes erhalten Sie bei Anmeldung mit der Buchungsbestätigung.

Anmeldeschluss: Zwei Wochen vor Kursbeginn

Information und Anmeldung

Referat Gesellschaftsdialog

Telefonisch: 05 0259 28200

Per E-Mail: urgutkochen@lk-noe.at

COVID-19: Aufgrund der derzeitigen Lage bitten wir um Verständnis, wenn Kochseminare kurzfristig abgesagt werden. Die Kosten werden dann selbstverständlich zurückerstattet.

Weitere Informationen unter

www.urgutkochen.at