

gemeinsam kochen



Die gelernte Diätassistentin **Kerstin Döll** begleitet Menschen mit Leidenschaft auf ihrem Weg zu einer gesünderen Lebensweise. Auch in ihrer Freizeit kocht sie mit mindestens eben so viel Begeisterung, wie sie tanzt. | 505, 521



Küchenmeister **Roland Drückler** serviert uns schon seit 2012 kreative, entspannte Abende mit tollen Menschen und leckeren Köstlichkeiten aus aller Welt. | 150, 506, 515, 534, 536, 550-551, 553, 561, 564, 570, 573-574, 579

Die Hobbykünstlerin **Nicoleta Dusil** schreibt in ihrer Freizeit Ikonen und ist eine leidenschaftliche Köchin. Sie nimmt uns mit auf eine Reise zu unbekanntem Köstlichkeiten ins geheimnisvolle Transsylvanien. | 539, 560



Die koreanische Künstlerin **Joong-Hee Kim** bringt Ihnen seit 2013 die Küche ihrer Heimat näher. „Gesundheit, Freude und Dankbarkeit“ ist nicht nur ihr Lebensmotto, sondern auch das Ergebnis ihrer Kochkunst. | 531, 538, 542

Der Hauswirtschafterin und Dipl.-Ökotrophologin **Anja Later** bereitet es seit 1994 Freude, Rezeptklassiker modern zu interpretieren und dabei den Gesundheitsaspekt nicht außer Acht zu lassen. | 511



gemeinsam kochen

„NACH EINEM TREFFLICHEN MITTAG-
ESSEN IST MAN GENEIGT, ALLEN ZU
VERZEIHEN.“

Oscar Wilde



Pfarrer **André Lemmer** möchte den Glauben mit dem Alltag verbinden. Alles, was wir mit unseren eigenen Händen tun, verbindet uns mit Schöpfung und Glaube. Die Frage, was uns nährt, bekommt dann eine doppelte Bedeutung. | 580

Für die gelernte Hauswirtschaftsleiterin **Sabine Nienstedt** ist Kochen eine Leidenschaft. Seit 2010 bietet sie einen Mix aus Kochkurs und Küchenparty, zu dem auch Sie eingeladen sind. | 520, 540, 552, 571 – 572, 575 – 576, 578, 581



Die Aufmerksamkeit nach innen richten und den Körper seine Arbeit machen lassen. Mit über 30 Jahren Erfahrung im Fasten und seit 2006 bei uns, bietet **Beate Patzig**, Fastenleiterin und Achtsamkeitslehrerin, Fastenurse an. | 500

Yael Vieira kommt aus Israel und ist multikulturell aufgewachsen. Seit vielen Jahren nimmt sie uns mit auf bunte, kulinarische Reisen ins Unbekannte. | 141, 152 – 153, 173 – 174, 530, 532 – 533, 535, 537, 541, 543 – 544, 562, 577



Festtagsküche

Transilvanische Weihnachten

Wir laden ein, zu einem Festtagsmenü der besonderen Art. Freuen Sie sich auf die besonderen Spezialitäten der transilvanischen Küche.

560	Donnerstag	27.11.2025	1 Kurstag
	Dauer	18:00 bis 21:00 Uhr	
	Gebühr	38,00 Euro inkl. Umlage	
	Leitung	Nicoleta Dusil	

Weihnachtliche Leckereien

In der schönsten Zeit des Jahres lassen wir uns auf eine besondere Kombination von Lebkuchen und Fleisch ein.

561	A	Freitag	05.12.2025	1 Kurstag
	B	Freitag	12.12.2025	1 Kurstag
		Dauer	18:00 bis 21:00 Uhr	
		Gebühr	A, B: 52,00 Euro inkl. Umlage	
		Leitung	Roland Drückler	



Chanukka

Chanukka, das jüdische Lichterfest, wird in erster Linie in der Familie gefeiert. Man trifft sich nach Anbruch der Dunkelheit, die Kinder bekommen Süßigkeiten und kleine Überraschungen und es wird ausgiebig gegessen. Die Spezialitäten aus der jüdischen Küche machen diesen Abend zu etwas Besonderem.

562	Montag	15.12.2025	1 Kurstag
	Dauer	18:00 bis 21:00 Uhr	
	Gebühr	38,00 Euro inkl. Umlage	
	Leitung	Yael Vieira	

🔪 Kochen an christlichen Feiertagen

Lassen Sie uns die christlichen Feiertage Ostern und Pfingsten besser kennenlernen! Hierzu gehören Rezepte für das festliche Begehen der Feiertage sowie spirituelle Impulse, die uns helfen den christlichen Gedanken zu verstehen. Letztere kommen von Gemeindeferent Timo Sachs, der die beiden Abende zu den Themen Ostern (A) und Pfingsten (B) begleitet.

563	A	Montag	16.03.2026	1 Kurstag
	B	Dienstag	19.05.2026	1 Kurstag
		Dauer	18:00 bis 21:00 Uhr	
		Gebühr	A, B: 38,00 Euro inkl. Umlage	
		Leitung	Edelgard Bitter und Timo Sachs	

🔪 Bald ist Ostern

Was bringt man als Festtagsmenü auf den Tisch: Lamm oder Geflügel?

564	A	Mittwoch	18.03.2026	1 Kurstag
	B	Donnerstag	26.03.2026	1 Kurstag
		Dauer	18:00 bis 21:00 Uhr	
		Gebühr	A, B: 52,00 Euro inkl. Umlage	
		Leitung	Roland Drückler	



📁 Kochkurs zu verschenken!

Suchen Sie eine Geschenkidee zum Geburtstag, zu Weihnachten oder einem anderen Anlass? Wie wäre es mit einem Kochkurs?