

VHS-Kurs: Kürbis, der Superstar im Herbst

Berufsfachschule für Ernährung und Versorgung bot einen Kochkurs im Rahmen der Gesunden Stadt Vilshofen an

Am Donnerstagnachmittag vergangener Woche fand an der Berufsfachschule für Ernährung und Versorgung ein kostenloser Kochkurs rund um das gesunde Herbstgemüse Kürbis statt. Der Einladung der VHS Vilshofen a. d. Donau sind 13 interessierte Hobbyköchinnen gefolgt. Die jüngste Teilnehmerin war 8 Jahre alt. Sie durfte ihre Mama begleiten.

Fachoberlehrerin Gabi Krempl hat den Nachmittag mit ihren Schülerinnen und Schülern der Projektgruppe der 12. Klasse organisiert. Unterstützt wurde sie dabei von ihrem Kollegen Andreas Zirngibl. Im Vorfeld wurden Rezepte von den Schüler*innen ausgesucht und ausprobiert.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Kurses konnten sich selbst davon überzeugen, wie vielfältig der vitamin- und mineralstoffreiche Allrounder der Herbstküche verwendbar ist. Ob im Salat, in der Suppe, in der Lasagne, als Gnocci, oder im Muffin überzeugt der gesunde Sattmacher mit seinen sekundären Pflanzenstoffen und Ballaststoffen. Der Kürbistraum als Nachspeise rundete die köstliche Speisenauswahl ab.

Die Anwesenden aus Vilshofen und Umgebung waren sich am Ende der Veranstaltung einig, dass der Kürbis lecker schmeckt und aus der gesunden Herbstküche nicht wegzudenken ist. Stadträtin Silvia Ragaller, lobte den tüchtigen Einsatz der Schüler*innen der Projektgruppe von Gabi Krempl. „Mit eurer Unterstützung haben wir einen kulinarischen Nachmittag verbracht, den wir sehr gerne wiederholen möchten. Auch im Namen von Bürgermeister Florian Gams möchte ich mich dafür bei euch bedanken.“ Alle Teilnehmerinnen freuten sich über das Rezeptheft mit den Kürbisrezepten zum Nachkochen und Nachbacken zu Hause und die selbstgemachte Kürbismarmelade als Give-Away.

Wer bei dem Kurs nicht dabei sein konnte, aber an den Rezepten interessiert ist, findet sie auf der Homepage der Berufsfachschule für Ernährung und Versorgung in Vilshofen a. d. Donau.



Ein gelungener Nachmittag an der Berufsfachschule für Ernährung und Versorgung.

Die Teilnehmerinnen des VHS Kurses mit FOL Gabi Krempl in der Mitte und rechts FL Andreas Zirngibl mit Schüler*innen der Projektgruppe.



Die Kürbisgnocci sind sehr gut gelungen.

Stadträtin Silvia Ragaller (rechts) mit Schülerin Lena Kothig und im Hintergrund zwei Teilnehmerinnen waren begeistert.

Die jüngste Teilnehmerin war für die Muffins zuständig; Unterstützung erhielt sie von der Schülerin Nina Meyer.

Hanna Kuchler schaute interessiert zu



Hanna freute sich über die leckeren Muffins.

