

R u o k a k u r s s i t

S y k s y 2 0 2 4



Makuja maailmalta

Korealainen keittiö

Korealainen ateria koostuu monista pienistä ruokalajeista, jotka on maustettu mm. inkiväärillä, soijakastikkeella ja seesaminsiemellä. Korean erottaa naapurimaistaan Kiinasta ja Japanista etenkin runsaampi mausteiden käyttö. Kurssilla valmistamme muun muassa bulgogi – tulilihaa sekä mungpapulettuja.

ke 28.8. klo 17-19.15 verkkokurssi
ti 24.9. klo 17-20.30 lähikurssi

Vietnamilainen ilta

Vietnamin ruokakulttuuri on runsas ja monipuolinen. Sen keittiö on yhdistelmä itämaisia raaka-aineita ja useiden eri keittiöiden vaikutteita. Tuoreet raaka-aineet, runsas yrttien käyttö ja maukkaat kastikkeet antavat ruuille valloittavan tuoksun ja maun. Kurssilla on luvassa raikkaita ja mausteisia herkkuja, kuten pho-keittoa, kesärullia ja vietnamilaisia täytettyjä lettuja.

ma 16.9. klo 17-20.30 lähikurssi
pe 27.9. klo 17-19.15 verkkokurssi

Persialainen keittiö

Ruusuvettä, granaattiomenaa, sitrushedelmiä, yrttejä, pähkinöitä, riisiä ja paksua jugurttia! Persialainen keittiö hurmaa kasvien monipuolisella käytöllä sekä raikkailla mauillaan. Keittiön kulmakivi on kuitenkin kaikessa yksinkertaisuudessaan iranilainen riisi, josta valmistetaan kurssilla saframilla maustettu ja rapeaksi paistettu tahdig. Lisäksi valmistamme fesenjoon-kanapataa saksanpähkinöillä ja granaattiomenalla, muita herkullisia ruokia unohtamatta.

to 15.8. klo 17-20.30 lähikurssi
pe 1.10 klo 17-19.15 verkkokurssi
ke 16.10. klo 17-20.30 lähikurssi

Japanilainen ilta

Japanilainen ateria on kuin taideteos, jossa yhdistyvät estetiikka, makujen harmonia ja tuoreet raaka-aineet. Ensiluokkaisia raaka-aineita korostamaan valitaan harkitusti makeutta, suolaisuutta ja etikan hapokkuutta. Erityistä huomiota kiinnitetään umamin eli täyteläisen maun tavoitteluun. Kurssilla valmistamme mm. okonomiyaki-pannukakkua ja yakitori-kanavartaita.

to 22.8. klo 17-20.30 lähikurssi

UUTUUS Asian Street Food

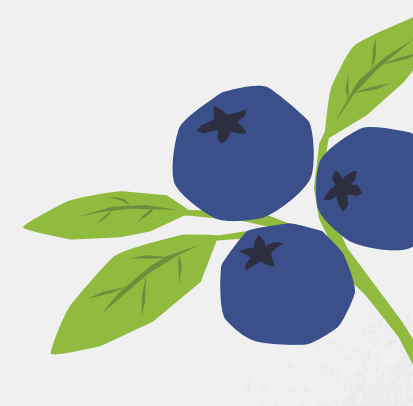
Street Food on nopeaa, mutkatonta ja maukasta ruokaa. Aasialainen ruokakulttuuri, ja erityisesti Street Food on saavuttanut suosiotaan ympäri maailmaa sen rapeiden, täyteläisten ja raikkaiden makujen myötä! Kurssilla kokkaillaan yhdessä muun muassa herkullista Pad Thaita, höyrytettyjä Bao Buneja, Okonomiyaki-pannukakkuja ja korelaista BBQ- kanaa.

ke 11.9. klo 17-20.30 lähikurssi
ti 26.11. klo 17-20.30 lähikurssi

Georgialaisia makuja

Sanonta kuuluu, että georgialaiset elävät syödäkseen. Täyteläisessä ruoassa käytetään runsaasti kasviksia, mausteita, yrttejä, juustoa ja pähkinöitä. Kurssikerran aikana valmistetaan mm. lobio-muhennosta, khinkali-nyyttejä ja hatsapuri-leipää. Tule oppimaan ja ihastumaan georgialaiseen keittiöön!

ke 27.11. klo 17-19.15 verkkokurssi
to 29.8. klo 17-20.30 lähikurssi



Pohjois-italian keittiö

Pohjois-Italiassa on vahva ruokaperinne ja sieltä on kotoisin monet kuuluisat raaka-aineet, kuten parmesaani, gorgonzola, parmankinkku ja balsamiviinietikka. Kurssikerralla tutustumme alueen ruokakulttuuriin ja valmistamme mm. täyteläistä sahramirisottoa, polentaa, pesto genovesea ja jälkiruuaksi suussa sulavaa hasselpähkinätorttua.

to 12.9. klo 17-20.30 lähikurssi
to 10.10. klo 17-19.15 verkkokurssi

Toscanalainen keittiö

Toscanan perinteikäs keittiö on maailmankuulu, eikä suotta! Toscanalainen ruoka on yksinkertaista ja se perustuu laadukkaisiin sesongin raaka-aineisiin. Erilaiset pavut, kasvikset ja yrtit muodostavat yhdessä lihan, juuston ja oliiviöljyn kanssa tämän herkullisen keittiön perustan. Valmistamme kurssilla mm. tuorepastaa, panzanella-salaattia, cantuccini-keksejä ja paljon muuta.

ti 20.8. klo 17-20.30 lähikurssi
ti 22.10. klo 17-20.30 lähikurssi

Kreikkalainen keittiö

Kreikkalainen keittiö on yksi Välimeren aarteista! Maistuvat ja täyttävät ruoat ovat usein yksinkertaisia valmistaa ja niiden pääosassa ovat esimerkiksi oliiviöljy, erilaiset kasvikset ja juustot. Kurssilla opit, miten valmistuvat esimerkiksi musaka ja spanakopita-piiraat, jälkiruokaa unohtamatta. Tervetuloa yhden illan makumatkalle!

pe 18.10. klo 17-19.15 verkkokurssi
la 9.11. klo 10-13.30 lähikurssi

Portugalin makuja

Sijaintinsa ansiosta erilaiset kala- ja äyriäisruoat ovat portugalilaisen ruoan keskiössä. Etenkin turska, eli bacalhau, sekä sardiinit ovat kalaruokien kulmakiviä. Portugalilaiset suosivat tuoreita raaka-aineita ja aromikas oliiviöljy on tärkeä osa ruoanvalmistusta. Kurssilla valmistetaan mm. caldeirada-kalapataa, caldo verde -keittoa ja pastéis de nata kermaleivoksia.

ti 17.9. klo 17-20.30 lähikurssi
ti 22.10. klo 17-19.15 verkkokurssi

Sisilialainen ilta

Tule tutustumaan Sisilian kiehtovaan ruokakulttuuriin. Sisilialainen keittiö on täynnä muhkeita makuja: munakoisoa, meren antimia, sitrushedelmiä ja erilaisia juustoja. Kurssilla valmistetaan mm. caponata-munakoisomuhennosta, maukasta kala-kuskuspataa sekä herkullisia arancini-risottopalleroita.

Tule ihastumaan Sisilian makuihin!

ma 23.9. klo 17-20.30 lähikurssi

Espanjalainen illallinen

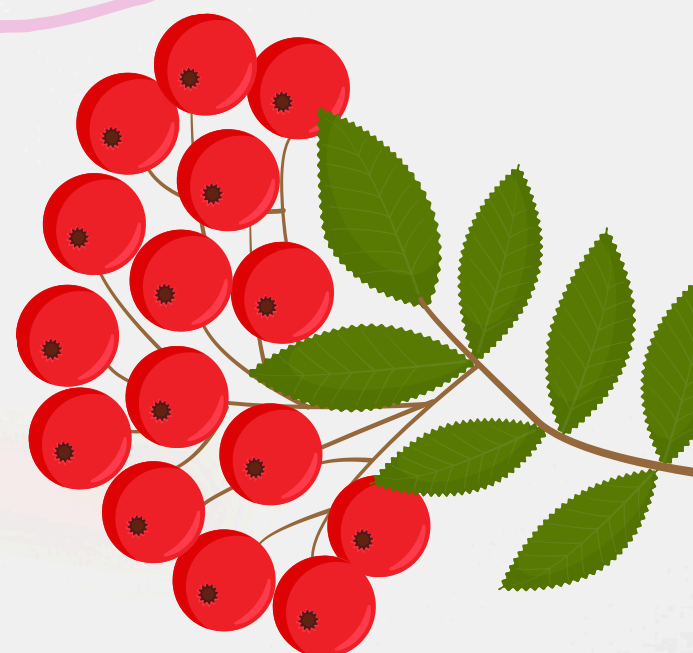
Auringon alla kypsyneet tomaatit, oliiviöljy, aromaattinen savupaprikamauste, ilmakuivattu kinkku, manchego-juusto, simpukat ja muut merenelävät. Espanjalainen keittiö on täynnä täyteläisiä makuja ja ihastuttavia ruokia! Tällä kurssilla tulevat tutuiksi espanjalaiset klassikkoruuat, kuten paella, papas arrugadas eli ryppyperunat mojo rojo -kastikkeen kanssa sekä crema catalana - jälkiruoka. Bienvenidos!

pe 4.10. klo 17-20.30 lähikurssi
ti 26.11. klo 17-20.30 lähikurssi

UUTUUS Välimeren brunssi

Välimeren alueen ruokakulttuuri on rikas, ja koostuu laadukkaista ja maukkaista raaka-aineista kuten oliiviöljystä, hedelmistä ja juustoista. Kurssilla valmistamme raikkaan mutta täyteläisen välimerellisen brunssin, jonka kruunaa erilaiset tahnat, ja helpot lisukkeet! Kurssilla valmistetaan yhdessä hunajaista rosmariinifocacciaa, tapenadea sekä paahdettuja sesongin kasviksia.

to 5.9. klo 17-19.15 verkkokurssi
la 12.10. klo 10-13.30 lähikurssi
ma 18.11. klo 17-19.15 verkkokurssi
la 30.11. klo 10-13.30 lähikurssi



Meksikolainen ilta

Meksikolainen ruoka on täynnä ihania värejä sekä vahvoja ja raikkaita makuja! Esimerkiksi chili, lime, korianteri, avokado, tomaatti, maissi ja suklaa ovat olennainen osa meksikolaista ruokakulttuuria.

Kurssilla valmistuvat muun muassa maissitortillat eli tacot ja tostadat erilaisilla täytteillä, chilaquiles-annos sekä suussa sulava mole-kastike. Bienvenidos!

pe 20.9. klo 17-20.30 lähikurssi
to 14.11. klo 17-20.30 lähikurssi

Karibian brunssi -verkkoruokakurssi

Karibia tunnetaan auringosta ja letkeästä menosta. Maistuva ja värikäs karibialainen ruoka on saanut vaikutteita sekä alkuperäiskansoilta että ympäri maailman. Kurssilla eri Karibian kulttuurit ja maut sulautuvat yhteen ja keskiössä ovat trooppiset hedelmät, kookos ja korianteri. Kurssilla valmistetaan jerk-kanaa ja huevos habaneros munakuppeja.

la 21.9. klo 10-12.15 verkkokurssi



kasvisruokaa maailmalta

Kiinalaista kasvisruokaa

Kasvikset näyttelevät tärkeää roolia kiinalaisessa ruokakulttuurissa.

Chili, inkivääri, valkosipuli, sichuaninpippuri ja seesamiöljy

tuovat makua mehevän mausteisiin kasvisruokiin.

Kurssilla valmistetaan värikäs kattaus kasvisruokia eri puolilta Kiinaa.

Tutuiksi tulevat mm. mapo-tofu, valkosipulimunakoiso ja wonton-nyytit.

to 3.10. klo 17-20.30 lähikurssi

Italialaista kasvisruokaa

Italialainen keittiö on syystäkin usean suosikki. Herkullinen ruoka pohjautuu laadukkaisiin raaka-aineisiin ja sesonkijatteluun. Italiassa on useita erilaisia ruokaperinteitä ja paikallisia herkkuja.

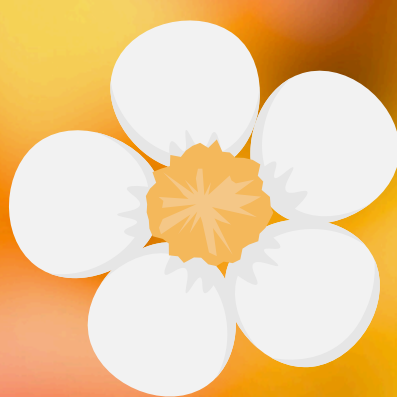
Tällä kurssilla tutustumme vaihteeksi maan parhaisiin kasvisruokiin! Valmistamme mm. taivaallista munakoiso-tomaattivuokaa ja ihanaa ribollita-keittoa.

ma 26.8. klo 17-20.30 lähikurssi
ti 19.11. klo 17-20.30 lähikurssi

Intialaista kasvisruokaa

Intialainen ateria hurmaa makujen kirjolla ja mausteiden tuoksulla! Intialainen keittiö on monipuolinen ja alueellisesti kirjava. Maukkaiden kasvisruokien määrä on loputon, mikä tekee maasta kasvissyöjien ruokaparatiisin. Kurssilla valmistamme ruokia eri puolilta Intiaa. Tutuiksi tulevat mm. makeantuliset curryt, sipuli-pakorat ja hedelmäiset chutney-kastikkeet.

ke 4.9. klo 17-20.30 lähikurssi





Sesongissa

Parhaat sieniruoat

Sienistä on moneksi! Kurssilla tutustutaan ruokasienien monipuoliseen käyttöön keittiössä ja valmistetaan ateriakokonaisuus eri sienilajeja hyödyntäen, saatavuuden mukaan. Saat samalla hyviä säilöntävinkkejä. Kurssilla valmistetaan mm. kuohkeaa sieni-cappuccinoa, sieni-fetamuffinsseja sekä aterian kruunaa tateilla maustettu jälkiruoka. Tule ihastumaan metsiemme aarteisiin!

ti 3.9. klo 17-20.30 lähikurssi
ti 10.9. klo 17-19.15 verkkokurssi

Sisilialainen joulu

Sisilialainen keittiö on täynnä muhkeita makuja: munakoisoa, meren antimia, sitrushedelmiä ja erilaisia juustoja. Valmistamme kurssin aikana erilaisia paikallisia jouluherkkuja: täytettyä kalaa, sitruksista salaattia ja salviavoissa paistettuja gnoccheja. Ilmoittaudu mukaan ja tule virittäytymään joulutunnelmaan sisilialaisten makujen kautta.

pe 13.12. klo 17-19.15 verkkokurssi
ti 17.12. klo 17-20.30 lähikurssi

UUTUUS Italialaiset joululeivonnaiset

Jos joulupöytään kaipaa vaihtelua niin tämän kurssin italialaiset joululeivonnaiset hurmaavat täyteläisyydellään sekä raikkauksellaan. Leivontakurssilla keskitytään valmistamaan klassisia italialaisia joululeivonnaisia. Kurssilla leivomme yhdessä biscotteja, cannoleja, oliiviöljykakkua sekä herkullista tiramisua!

ma 2.12. klo 17-20.30 lähikurssi
ma 16.12. klo 17-20.30 lähikurssi

UUTUUS Jouluherkut pukinkonttiin

Joulun parhaat lahjat ovat itsetehtyjä! Verkkoruokakurssilla teemme yhdessä helppoja ja herkullisia ruokalahjoja pukinkonttiin. Verkkokurssille leivomme yhdessä mehevää saaristolaisleipää, teemme pehmeää fudgea sekä keitämme mausteista glögiä.

ti 3.12. klo 17-19.15 verkkokurssi



perheille ja lapsille

Tervetuloa lasten ja aikuisten yhteiselle leivontakurssille, jossa tehdään suolaisia ja makeita leivonnaisia kevään juhlapäiviä silmällä pitäen! Tule mukaan oman lapsen, kummilapsen tai kaverilapsen kanssa viettämään hauska yhteinen leivontahetki, oppimaan uutta ja herkuttelemaan yhteisen pöydän ääreen!

Hei me leivotaan joulua

la 30.11. klo 10-13.30 lähikurssi
la 14.12. klo 10-13.30 lähikurssi

Hei me leivotaan Halloweenia

la 26.10. klo 10-13.30 lähikurssi
ti 29.10. klo 17-20.30 lähikurssi



leivontaa

Vaaleaa hapanjuurileipää

Hapanjuurileivän valmistamiseen tarvitset vain jauhoa, vettä, suolaa ja aikaa.

Rauhassa kohonnut juurileipä palkitsee leipojansa erityisellä aromikkuudellaan, kun tuoreen leivän tuoksu täyttää keittiön ja leipuri pääsee leikkaamaan leivän paksunrapeaa kuorta.

Kurssilta saat mukaasi oman hapanjuuren sekä taikinan kotona paistettavaksi.

to 24.10. klo 17-20.30 lähikurssi

English Afternoon Tea

Teetuoquio englantilaiseen tyyliin vie matkalle teemakujen maailmaan. Kattaukseen kuuluvat tietenkin itseoikeutetut teen seuralaiset: houkuttelevat voileivät, skonssit ja sitruunamarenkipiiras. Kurssilla tehdään myös legendaariset Bara Brith ja Victoria Sponge-kakut.

la 28.9. klo 10-13.30 lähikurssi

la 16.11. klo 10-13.30 lähikurssi



Ranskalaiset leivonnaiset

Maailmankuulun ranskalaisen pâtisseriesien herkut kutsuvat sinut ranskalaisten leivosten kurssille! Kurssilla leivomme perinteisiä ranskalaisia konditoriatuotteita, kuten värikkäitä macaroneja ja suussa sulavia éclair-tuulihattuja.

ti 27.8. klo 17-20.30 lähikurssi
ke 20.11. klo 17-20.30 lähikurssi

Karjalaiset piiraat

Karjalainen ruokaperinne on rikas ja monen sydäntä lähellä!

Tällä kurssilla opimme tekemään monien rakastamia karjalanpiirakoita, mutta valmistamme myös monipuolisesti muita karjalaisia piiraita: lanttusupikkaita, marjarönttösiä, ilomantsilaiset vatruskoita, tapuntaisia sekä mahalleen makkuajia.

ke 9.10. klo 17-20.30 lähikurssi

ti 10.12. klo 17-20.30 lähikurssi



gluteenitonta leivontaa

Gluteenittomat leivonnaiset

Kuinka valmistaa kuohkeat munkit tai kakkupohja ilman vehnäjauhoja? Entä mitä ovat psyllium ja ksantaani, ja mihin niitä tarvitaan? Kurssilla pureudutaan gluteenittomien leivonnaisten maukkaaseen maailmaan, tutustutaan erilaisiin gluteenittomiin jauhovaihtoehtoihin sekä opitaan valmistamaan monipuolisesti erilaisia leivonnaisia täysin gluteenittomasti. Kurssilla valmistamme muun muassa suolaista piirakkaa, kakkuja, hiivataikinasta pullia ja sämpylöitä sekä herkullisia ja nopeita rahkamunkkeja.

ti 29.10 klo 17-20.30 lähikurssi

tekniikat haltuun

Kalankäsittelyn perusteet

Haluaisitko saada ohjeistusta kokonaisen kalan käsittelyssä?

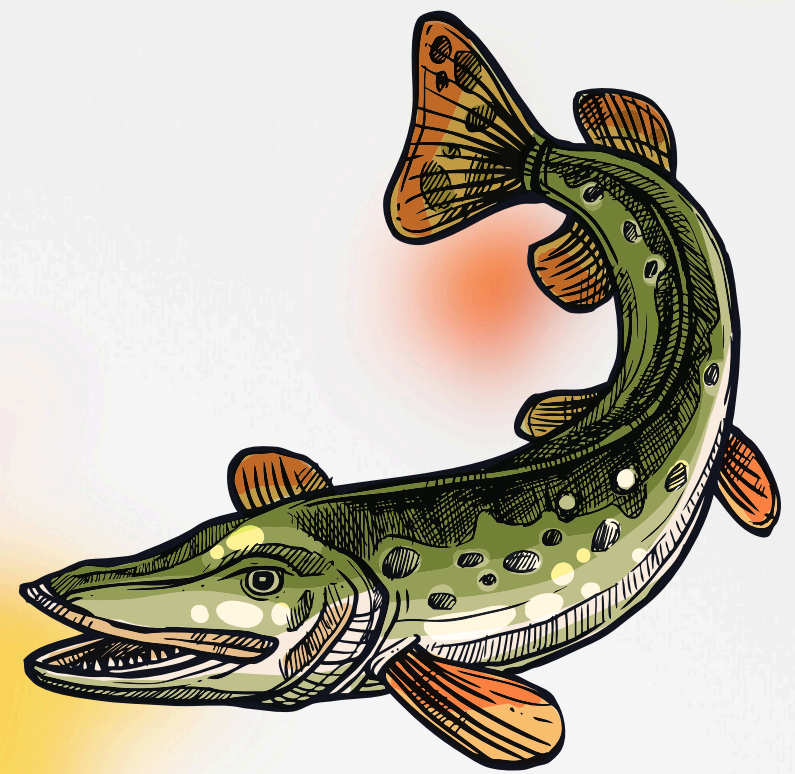
Vai kaipaanko kenties ideoita helppojen kalaruokien valmistamiseen? Tällä kurssilla jokainen pääsee opettelemaan isojen kalojen fileoimista sekä pikkukalojen käsittelyä. Käytämme kurssilla erilaisia sesongin kaloja, joista valmistamme monipuolisen aterian eri kypsennysmenetelmiä käyttäen.

ke 2.10. klo 17-20.30 lähikurssi
ti 3.12. klo 17-20.30 lähikurssi

Täydellinen risotto

Tällä kurssilla opitaan, kuinka valmistuu täydellinen risotto! Valmistamme kurssilla monia erilaisia risottoja sesongin raaka-aineista. Jokainen pari pääsee valmistamaan oman risoton. Opit siis risoton valmistuksen salat ja pääset maistelemaan ihanan erilaisia risottoja!

la 17.8. klo 10-13.30 lähikurssi
to 7.11. klo 17-20.30 lähikurssi



Tuorepastaa

Opi valmistamaan itse pastaa!

Valmistamme erilaisia pastoja pastakoneella ja kaulien.

Pastojen kanssa teemme erilaisia kastikkeita ja lisukkeita. Ihastu pastan monipuoliseen maailmaan hurmaavista perunagnoccheista täytettyihin ravioleihin.

la 7.9. klo 10-13.30 lähikurssi





verkkoruokakursseja

Parhaat aamupalat

Tällä kurssilla viedään aamupalat uudelle tasolle! Näillä vinkeillä onnistut arjessa sekä viikonloppubrunseilla takuuvarmasti.

Valmistamme kurssilla kananmunia kahdella tapaa: opetamme täydellisen munakokkelin salaisuuden sekä vinkin mitä ilman paistetut kananmunat eivät ole enää entisensä. Valmistamme myös mehevät amerikkalaistyylliset pannarit, herkullista granolaa sekä opetelemme täydellisen kaurapuuron kaavan.

la 9.11. klo 10-12.15 verkkokurssi

Karibian brunssi

Karibia tunnetaan auringosta ja letkeästä menosta. Maistuva ja värikäs karibialainen ruoka on saanut vaikutteita sekä alkuperäiskansoilta että ympäri maailman. Kurssilla eri Karibian kulttuurit ja maut sulautuvat yhteen ja keskiössä ovat trooppiset hedelmät, kookos ja korianteri. Kurssilla valmistetaan jerk-kanaa ja huevos habaneros munakuppeja.

la 21.9. klo 10-12.15 verkkokurssi

UUTUUS Välimeren brunssi

Välimeren alueen ruokakulttuuri on rikas, ja koostuu laadukkaista ja maukkaista raaka-aineista kuten oliiviöljystä, hedelmistä ja juustoista. Verkkokurssilla valmistamme raikkaan mutta täyteläisen välimerellisen brunssin. Kurssilla valmistetaan yhdessä hunajaista rosmariini focacciaa, tapenadea, vaahdotettua fetaa sekä mausteista kuskusia!

to 5.9. klo 17-19.15 verkkokurssi
ma 18.11. klo 17-19.15 verkkokurssi

sesongin verkkokurssit

Sisilialainen joul

Sisilialainen keittiö on täynnä muhkeita makuja: munakoisoa, meren antimia, sitrushedelmiä ja erilaisia juustoja. Valmistamme verkkokurssin aikana erilaisia paikallisia joulukerkuja: täytettyä kalaa, sitruksista salaattia ja salviaovoissa paistettuja gnoccheja. Ilmoittaudu mukaan ja tule virittäytymään joulutunnelmaan sisilialaisten makujen kautta.

pe 13.12. klo 17-19.15 verkkokurssi

UUTUUS Parhaat sieniruoat

Sienistä on moneksi! Kurssilla tutustutaan ruokasienien monipuoliseen käyttöön keittiössä ja valmistetaan ateriakokonaisuus eri sienilajeja hyödyntäen, saatavuuden mukaan. Saat samalla hyviä säilöntävinkejä. Kurssilla valmistetaan mm. kuohkeaa sieni-cappuccinoa, sieni-fetamuffinsseja sekä aterian kruunaa tateilla maustettu jälkiruoka. Tule ihastumaan metsiemme aarteisiin!

ti 10.9. klo 17-19.15 verkkokurssi

UUTUUS Joulukerkuja pukinkonttiin
Joulun parhaat lahjat ovat itsetehtyjä!
Verkkoruokakurssilla teemme yhdessä helppoja ja herkullisia ruokalahjoja pukinkonttiin.
Verkkokurssille leivomme yhdessä mehevää saaristolaisleipää, teemme pehmeää fudgea sekä keitämme mausteista glögiä.
ti 3.12. klo 17-19.15 verkkokurssi





Kreikkalainen keittiö

Kreikkalainen keittiö on yksi Välimeren aarteista! Maistuvat ja täyttävät ruoat ovat usein yksinkertaisia valmistaa ja niiden pääosassa ovat oliiviöljy, paikalliset kasvikset, juustot ja yrtit. Valmistamme yhdessä mm. hurmaavia kesäkurpitsapihvejä ja munakoisotahnaa. Tervetuloa kotoa käsin yhden illan makumatkalle.

pe 18.10. klo 17-19.15 verkkokurssi

Portugalin makuja

Sijaintinsa ansiosta erilaiset kala- ja äyriäisruoat ovat portugalilaisen ruoan keskiössä. Etenkin turska, eli bacalhau, sekä sardiinit ovat kalaruokien kulmakiviä. Portugalilaiset suosivat tuoreita raaka-aineita ja heidän aromikas oliiviöljynsä on tärkeä osa ruoanvalmistusta. Kurssilla valmistetaan muun muassa caldeirada kalapataa sekä tietenkin pastéis de nata kermaleivoksia.

ti 22.10. klo 17-19.15 verkkokurssi

Thaimaalainen keittiö

Thai-ateriassa yhdistyvät monet maut, värit ja erilaiset raaka-aineet. Makeat, suolaiset, kirpeät, voimakkaat ja tuliset maut kohtaavat toisensa sulassa sovussa. Thaimaalaisessa keittiössä makua antavat esimerkiksi kala- ja osterikastikkeet, currytahnat, inkivääri, chilit, kookos ja lime. Kurssilla valmistetaan thai curry alusta alkaen, tulinen som tam porkkanasalaatti sekä mehevä larb-jauhelihasalaatti.

ma 28.10. klo 17-19.15 verkkokurssi

Vietnamilainen keittiö

Vietnamin ruokakulttuuri on monipuolinen, raikas ja yllättävä. Sen keittiö on yhdistelmä itämaisia raaka-aineita ja vaikutteita eri maiden ruokakulttuurista kuten Ranskan siirtomaa ajoista.

Tuoreet raaka-aineet, runsas yrttien käyttö ja maukkaat kastikkeet antavat ruoille valloittavan tuoksun ja maun. Kurssilla on luvassa raikkaita ja mausteisia vietnamilaisia herkkuja, kuten pho-keittoa kanasta ja riisipaperista tehtyjä kesärullia.

pe 27.9. klo 17-19.15 verkkokurssi

Georgialainen keittiö

Sanonta kuuluu, että georgialaiset elävät syödäkseen. Täyteläisessä ruoassa käytetään runsaasti kasviksia, mausteita, yrttejä, juustoa ja pähkinöitä. Kurssikerran aikana valmistetaan mm. juustoista hatsapuri-leipää ja lobio-papupataa. Tule kokemaan, oppimaan ja ihastumaan georgialaiseen keittiöön.

ke 27.11. klo 17-19.15 verkkokurssi

Persialainen keittiö

Ruusuvettä, granaattiomenaa, sitrushedelmiä, yrttejä, pähkinöitä, riisiä ja paksua jugurttia!

Persialainen keittiö hurmaa kasvien monipuolisella käytöllä sekä raikkailla mauillaan.

Keittiön kulmakivi on kuitenkin kaikessa yksinkertaisuudessaan iranilainen riisi, josta valmistetaan kurssilla saframilla maustettu ja rapeaksi paistettu tahdig. Lisäksi valmistamme fesenjoon-kanapataa saksanpähkinöillä ja granaattiomenalla, uunikikherneitä sekä kurkku-jugurttikastiketta.

ti 1.10. klo 17-19.15 verkkokurssi

Pohjois-Italian keittiö

Vahvan ruokaperinteen omaavasta Pohjois-Italiasta ovat kotoisin monet kuuluisat raaka-aineet, kuten parmesaani, gorgonzola, parmankinkku ja balsamietikka. Kurssikerralla tutustumme alueen ruokakulttuuriin ja valmistamme muun muassa täyteläistä parmankinkku-broileria sekä paistettua polentaa.

to 10.10. klo 17-19.15 verkkokurssi

Korealainen keittiö

Korealainen ateria koostuu monista pienistä ruokalajeista, jotka on maustettu mm. inkiväärillä, soijakastikkeella ja seesaminsiemellä. Korean erottaa naapurimaistaan Kiinasta ja Japanista etenkin runsaampi mausteiden käyttö. Kurssilla valmistamme muun muassa bulgogi – tulilihaa sekä mungpapulettuja.

ke 28.8. klo 17-19.15 verkkokurssi



Uudenmaan Martat

Kurssit järjestetään osoitteessa:

Sammonsilta 8, 02100 Espoo

Kurssi-ilmoittautuminen:

www.martat.fi/uusimaa/tapahtumat

