

## *Kochen am Freitag*

Einmal im Monat treffen wir uns an einem Freitag, um in der eigenen Küche, zu zweit oder zu dritt in ca. einer Stunde ein Abendessen zu bereiten. Die Kommunikation erfolgt per Zoom über Laptop, der in der Küche platziert wird.

Vorab verschicke ich allgemeine Informationen zu dem Gericht. Wer sich dann anmeldet, bekommt eine Einkaufs- und Vorbereitungsliste und dann auch den Link zugeschickt.

Am geplanten Abend wählen sich alle über Zoom ein und kochen parallel - ich gebe dazu die Anleitung und Wilfried bedient die Kamera.

Die Betonung liegt auf gemeinsam etwas unternehmen, deshalb unterhalten sich alle – soweit als möglich - während des Kochens. Und nach etwa einer Stunde steht dann bei allen ein Essen auf dem Tisch und wir verabschieden uns.

Nach dem Kochabend bekommen alle das vollständige Rezept zur Verfügung gestellt.

Bisherige Themen: Rezepte aus der italienischen, indischen und französischen Küche.

Auf dem Plan stehen weitere internationale und deutsche Gerichte sowie jahreszeitlich passende Gerichte (z.B. verschiedene Quiche-Variationen, im Herbst Kürbisgerichte, im Winter Schmorgerichte und Aufläufe).

Wir freuen uns über Eure Teilnahme.

Liebe Grüße,  
Heide & Wilfried