

D3742 Indische vegetarische Küche Vitaminreich und exotisch

Beginn	Sonntag, 19.07.2026, 10:00 - 15:30 Uhr
Kursgebühr	59,00 €
Dauer	1 Termin
Kursleitung	Charanjit Heer
Kursort	UF, vhs, V0.07, Lehrküche, Am Bahnhof 13, 85774 Unterföhring

Die vegetarische Küche Indiens bietet mit ihrer Geschmacksvielfalt eine farbenfrohe Abwechslung nicht nur für Gemüsefans. Der Geschmack der Gerichte beruht auf dem Zusammenwirken von frischen Zutaten und harmonischen Gewürzmischungen. Wir bereiten einige typische Gerichte mit bunter Farbenvielfalt zu, wie Daal Makhani (Gericht aus einem Linsen-Mix mit Butter), Mattar bzw. Palak Paneer (Curry-Gericht mit selbstgemachtem Paneer und Erbsen bzw. Spinat), Aloo Gobhi Masala (Blumenkohl-Curry), Reis Tarka und ein nationales Getränk. Wir verwenden frische Lebensmittel möglichst aus Bioanbau. Bitte mitbringen: Schürze, Geschirrtücher und kleine Vorratsbehälter. Die Materialkosten in Höhe von EUR 21,00 sind in der Kursgebühr enthalten.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
19.07.2026	10:00 - 15:30 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Lehrküche, V0.7

[zur Kursdetail-Seite](#)