



## **Trau Dich Fisch! 09.10.2026**

Du hast Respekt vor der Zubereitung von Fisch?  
Zu empfindlich, zu schnell trocken, zu langweilig?  
Wir räumen in diesem Kochkurs damit auf.



Zur Vorspeise verarbeiten wir Saibling – einmal gebeizt, einmal aus dem Ofen. Zwei Techniken, die Dir zeigen, wie unterschiedlich ein Fisch schmecken kann und wie wenig es dafür braucht: gute Produkte, klare Schritte, ein bisschen Mut.

Im Hauptgang zaubern wir ein Steinbeißerfilet mit Kartoffelkruste und Babyspinat an Buerre Blanc - ein Gericht, das beeindruckend aussieht, aber erstaunlich leicht von der Hand geht.

Zum süßen Abgang gibt es Schokoladen-Sponge mit Pfirsichröster und Tonkabohnencreme.

Der Abend ist praxisnah, entspannt und inspirierend.

### **Fisch? Kann ich!**

*Diesen Kurs biete ich über die VHS-Südost an.*

*Den Anmeldelink stelle Euch ich zur Verfügung, sobald das Programm erscheint.*

*Bitte schreibt Euch direkt bei der VHS-Südost ein.*

Ich freue mich auf einen leckeren und unterhaltsamen Abend mit Euch !

Uta kocht!