



Ayurvedisch Kochen: Garten auf dem Teller.

Gesunde Nahrung für Körper und Geist

Die Koch- und Speiseregeln der verschiedenen Religionen sind kein Zufall, sondern widerspiegeln eine Sammlung von erprobten und bewährten Vorschriften aus früheren Zeiten. Der Kochkurs mit Hindupriester und Koch Sasikumar Tharmalingam befasst sich mit der ayurvedischen Küche und untersucht, was die Speisevorschriften und -Traditionen bis heute bedeuten: Wozu die Reinheitsvorschriften und Speisetabus? Welche Rolle spielen fremdländische Gemüse und Gewürze, lange Transportwege, Fragen der Anbaumethoden, Klima oder konstitutionelle Gegebenheiten? Die Abende bestehen aus je einem Theorieteil. Jedes Mal wird ein neues Menu kennen gelernt, gekocht und anschliessend gemeinsam gegessen.

Mittwoch, 28.2./ 7.3./ 14.3./ 21.3., 18.00-21.00

Die Platzzahl ist beschränkt. Anmeldung: info@haus-der-religionen.ch. Kosten für die vier Abende Fr.250.-/ Einzelabend 70.-

