

# Senioren für Senioren Möhlin

## Männer-Kochkurse

**Voller Erfolg für den vom Verein Senioren für Senioren Möhlin durchgeführten Männerkochkurs. Jeder der fünf Lehr- und Erfahrungsabende war eine persönliche Bereicherung für alle Beteiligten.**

Versierte und kreative Kursleiterin war Barbara Roth, Gourmet- und Diätköchin, aus Frick. Die neun lernfreudigen Senioren wurden von ihr zu Beginn des Kurses genau gemustert.

Aufgrund des Ergebnisses hat sie sich dann für einen Gourmet- bzw. einen Diätkochkurs entschieden. Nein – das war nur ein Scherz.

In diesem Kochkurs ging es um alltägliche Menüs.

Die Anzahl der Teilnehmer ergab gerade die richtige Gruppengrösse für eine effiziente und harmonische Zusammenarbeit. Barbara Roth brauchte nicht viel zu sagen, gab das von ihr zusammengestellte Menü bekannt, instruierte kurz und zeigte vor, was wie gemacht werden musste. Sie verriet auch Kniffs und Tricks und liess die Kursteilnehmer hauptsächlich selbständig arbeiten. „Wenn ihr eine Frage habt, so ruft mich“ erinnerte sie die Teilnehmer immer wieder. Gab es keine Fragen, so ging sie von Kochinsel zu Kochinsel und schaute, ob alles in Ordnung war.

Bei einem feinen Glas Wein wurde das selber Gekochte gegessen, rege diskutiert und auch beurteilt. Die Freude über das gute Gelingen war bei Allen jeweils sehr gross. Die Stimmung war harmonisch, aufgestellt und toll, besser geht's nicht. Vor dem Nachhause gehen wurde die Küche jeweils wieder aufgeräumt und auf Hochglanz gebracht. Auch diese Arbeit wurde jeweils mit grosser Bravour erledigt.

Die Teilnehmenden bedanken sich herzlichst bei der Kursleiterin, Barbara Roth, für die gelungenen, fünf erlebnisreichen Abende und für das Vermitteln ihres grossen Wissens.

Nachdem die Teilnehmenden viel Gelernt haben geht es nun darum, dass die Menüs zuhause nachgekocht werden – sicher zur eigenen aber auch allenfalls zur Freude der Partnerin.



Barbara Roth, Diät- und Gourmetköchin, Frick, beim Instruieren.