



## Frauenetzwerk Kochseminar am 03.03.2018

### Thema: Osterbrunch

Die Beauftragte des Frauennetzwerks des Landesverbandes, Dagmar Kern, begrüßte die 16 Teilnehmerinnen und Teilnehmer. Sie freute sich sehr darüber, dass trotz der widrigen Wetterbedingungen, wieder so viele der Einladung gefolgt waren, zu denen auch zwei Männer gehörten.

#### Allerlei zu Ostern

Andrea Schepp, Küchenchefin des Rheumazentrum Mittelhessen in Bad Endbach, unter dessen bewährter Leitung das Seminar erneut stand, hatte eine umfangreiche Rezeptauswahl an Vorspeisen, Hauptgerichten und Nachspeisen zusammengestellt. Dabei hatte sie besonders auf Zutaten mit Inhaltstoffe geachtet, die in Bezug auf Morbus Bechterew ausgesucht hatte. Sie stellte die einzelnen Rezepte vor und erklärte wie sie zubereitet werden.



Frau Schepp während der Vorstellung der Rezepte.

#### Frischen Mutes ans Werk

Danach bildeten sich kleine Küchenteams, die die Rezepte untereinander aufteilten und die dazugehörigen Lebensmittel aussuchten. Die geschickten Hände der erfahrenen Köchinnen und Köche wirbelten nur so beim Schnibbeln, Bruzzeln und Anrichten.



Die Köchinnen und Köche bei der Zubereitung und beim Austausch.

Immer wieder schaute man sich gegenseitig über die Schulter, diskutierte und gab sich Ratschläge. Frau Schepp stand jedem mit Rat und Tat zur Seite, gab Tipps zur Zubereitung und zeigte hilfreiche Handkniffe.

#### Es wird zu Tisch gebeten

Frau Schepp hat uns erneut eine schöne Tafel hergerichtet. Sie hatte dabei wohl auch den Osterhasen zu Hilfe, wie man an den blumigen Nestern sieht.



Ruckzuck waren alle Gerichte fertig und flugs war das Buffet angerichtet. Nach der Arbeit kommt das Vergnügen und jeder bediente sich aus der wieder sehr lecker aussehenden und duftenden Auswahl. Es herrschte eine fröhliche Stimmung, denn es hatte allen viel Spaß gemacht.

### **Ein herzliches Danke schön**

Mit einem bunten Frühlingsstrauß bedankte sich Dagmar Kern, nach dem Essen, bei Andrea Schepp ganz herzlich für die schöne Rezeptauswahl sowie die vielen hilfreichen Tipps für die Zubereitung.

### **Geselliger Abschluss eines schönen Tages**

Nach dem leckeren Essen saßen alle noch gemütlich und in angeregte Unterhaltungen vertieft zusammen. Niemand wollte sich so recht aus dieser schönen Runde verabschieden.

Zum Abschluss bedankte sich Dagmar Kern nochmals bei allen für die engagierte Teilnahme und wünschte den Teilnehmerinnen und Teilnehmern eine gute und sichere Heimfahrt.

Dagmar Kern  
Frauennetzwerk LV Hessen  
E-Mail: [kern@dymb-hessen.de](mailto:kern@dymb-hessen.de)



Frau Kern bedankt sich bei Frau Schepp (v.r.n.l.)

