



KURSE À LA CARTE 2025/2026

Gerne können Sie uns für Ihre Kurse in Ihren Landfrauenvereinen engagieren.

Ist der passende Kurs nicht dabei? Zögern Sie nicht, uns zu kontaktieren! Wir freuen uns darauf, ein individuelles und passendes Angebot ganz nach Ihren Wünschen für Sie zu kreieren.

1 Gesund-lecker-selbstgemacht – Homemade Convenience Food

Schnell, lecker und gesund: diese Weiterbildung vermittelt praxisorientiertes Wissen zur Herstellung von selbstgemachtem Convenience Food. Im Fokus stehen einfache, alltagstaugliche Rezepte, die sich gut vorbereiten, lagern und bei Bedarf schnell zubereiten lassen.

Ziel ist es, gesunde, zeitsparende Alternativen zu industriellen Fertigprodukten kennen zu lernen, welche sich flexibel in den Alltag integrieren lassen.

Kursleitung: Sabine Lindt

2 Schnell, frisch und lecker: Hausgemachte Schnellgerichte für jeden Tag

Wir kreieren blitzschnelle Gemüsegerichte, Ofenklassiker und frische Turbosalate ohne Kompromisse beim Geschmack. Ausserdem kommen kleine Fleischgerichte und kreative Ideen auf den Tisch. Perfekt für all jene, die Genuss und Schnelligkeit vereinen möchten – ganz ohne Stress und aufwendige Vorbereitung.

Kursleitung: Nicole Reusser

3 Wildkräuter rund um den Hof – erkennen und verwenden

Zwischen Ackerrandstreifen, Wiesen, Wegen und Gemüsekulturen spriesst eine oft übersehene Vielfalt an Wildkräutern – viele davon sind essbar, heilsam oder ökologisch wertvoll. Wir entdecken gemeinsam, welche Wildkräuter rund um den Hof wachsen, wie sie sicher bestimmt werden und wo ihr Nutzen in der Landwirtschaft und Selbstversorgung liegt.

Kursleitung: Noemi Beuret

Das Angebot ist auf folgende Monate begrenzt: März–September

Dauer Kurse 1–4: Jeweils 2½ bis 3 Stunden

4 Proteinkick – Kichererbsen, Bohnen, Linsen & Co

Kichererbsen, Bohnen & Co lassen sich unglaublich vielseitig einsetzen. Ob in Brot, Müesli, Kuchen oder sogar in Glace – Hülsenfrüchte lassen sich auf kreative Weise in süsse und herzhaftes Gerichte integrieren und verwandeln diese in wahre Proteinwunder. Das Superfood steckt voller guter Nährstoffe und hat grossartige Wirkungen auf Körper und Geist.

In diesem Kurs erfahren Sie, wie einfach es ist, sie diese zu nutzen und Hülsenfrüchte kreativ und köstlich in die Alltagsküche einzubauen.

Kursleitung: Bernadette Heitz

5 Brot & Co. Backbasics – Holzbackofen - Event

Du riechst – siehst – fühlst – schmeckst es... Das Feuer knistert im Ofen – es duftet nach Holz und knusprigem Brot und leckeren Holzbackofengerichten... Du willst Deine Sehnsucht und Begeisterung mit uns teilen?

Wir backen neben Brot auch unser Mittagessen im Waldhof-Holzbackofen. Alles rund ums Feuern/Backen im Holzbackofen: Vom «Ifüüre» bis zum Backen.

Dauer: 6h

Kursleitung: Brigitte Reinmann, Dominik Wyss, Simon Aeschbach

Das Angebot kann nur am INFORAMA Waldhof durchgeführt werden.

Kosten Kurse

Nach Absprache

Anmeldung

INFORAMA Waldhof

Kurssekretariat

4900 Langenthal

031 636 42 40

inforama.waldhof@be.ch