



Kulinarischer Streifzug
Farbenfroh & aromatisch
Die vegetarische und die
vegane Küche in Köln
14. Februar 2019 (Do.)

Einladung

Kochen ohne Fleisch galt lange als Mangel-
lösung. Vielfach wurde auf Ersatzprodukte zu-
rückgegriffen, um den klassischen Aufbau der
Mahlzeit aus Fleisch, Gemüse und Sättigungs-
beilage zu erhalten. Diese Zeiten gehen dem
Ende zu, diverse Küchen aus aller Welt zeigen,
dass vegetarische oder auch vegane Gerichte
kein Kompromiss sein müssen, sondern eine
eigene geschmackliche Erfahrung, eine gesund-
heitliche Bereicherung und eine ökologische
Entlastung darstellen.

Ein Dinner an vier besonderen Orten eröffnet
Ihnen einen Einblick in eine vielseitige Gemüse-
küche. Lernen Sie bei diesem kulinarischen
Streifzug gastronomische Konzepte der Zukunft
kennen. Kommen Sie miteinander und mit den
Gastgebern ins Gespräch. Wir freuen uns auf
Ihr Interesse!

Anne-Katrin Kleinschmidt
Referentin Thomas-Morus-Akademie Bensberg

Programm

Donnerstag, 14. Februar 2019

16.00 Uhr Treffpunkt und Einführung in der
Bar Mashery in der Roonstraße 36,
50674 Köln

Mashery – Hummus Kitchen

Vorspeise

Im Frühjahr 2017 eröffnete Kölns erste
Hummus-Bar mitten im „Quartier Latäng“ auf
der Roonstraße. In der Bar Mashery wird der
Hummus als Hauptgericht mit veganen und
vegetarischen Gerichten serviert. Nahöstliches
wird mit Zutaten und Rezepturen aus aller Welt
gemischt und ganz neuartige Hummus-Variati-
onen werden kreiert.

Restaurant La Fonda

Zwischengang

Im Innenhof am Gereonskloster befindet sich
das Restaurant La Fonda. Die Küche lässt sich
von den Jahreszeiten inspirieren. Die mediter-
rane Basis der Gerichte wird mit regionalen
Zutaten kombiniert.

Restaurant Maki Maki Sushi Green

Hauptgang

In der Sushibar Maki Maki gibt es weder Fisch,
Fleisch noch andere tierische Produkte. Die
Idee des Restaurants ist es, zum Ursprung der
japanischen Küche zurückzukehren, die vorwie-
gend vegan war. In Japan wird deshalb neben
Fisch auch immer Obst und Gemüse zum Reis
serviert. Die „green-Sushi“ bestehen aus ge-
backener roter Bete, Paprika, Auberginen oder
Pilzen.

Hinweise

Café „Gesund & Süß“

Dessert

Ein einzigartiges Konzept findet sich mitten in der Kölner Innenstadt: Das Café „Gesund & Süß“ serviert nur Produkte, die ohne Industriezucker, Gluten und Laktose hergestellt werden. Gesüßt wird mit Bananen, Datteln oder Honig, statt Weizenmehl werden Kokosmehl oder Nüsse verwendet.

21.30 Uhr voraussichtliches Ende des Kulinarischen Streifzuges im Café „Gesund & Süß“, Benesisstraße 46/48 in 50672 Köln

Änderungen im Programm und in der Organisation bleiben vorbehalten.

Leitung

Johannes J. Arens, Köln

ist Kulturanthropologe, Journalist und Autor mit Schwerpunkt Essen und Trinken. Als Redaktionsleiter des Restaurantführers „tagnacht“ ist er ein versierter Kenner der gastronomischen Landschaft der Stadt.

Hinweis

Die Besuche in den Restaurants werden durch Spaziergänge sowie Fahrten mit öffentlichen Verkehrsmitteln miteinander verbunden.

Leistungen

Der Preis für den Kulinarischen Streifzug **Farbenfroh & aromatisch** beträgt 132,00 € und umfasst:

- ein 4-Gänge Abendmenü in vier Restaurants;
- korrespondierende Getränke und Kaffee;
- Einführung und Gespräche mit den Gastro-nomen;
- Fahrten mit öffentlichen Verkehrsmitteln.

Teilnehmerzahl

Mindestteilnehmerzahl: 15 Personen

Höchstteilnehmerzahl: 20 Personen

Veranstalter

Thomas-Morus-Akademie Bensberg,
Katholische Akademie im Erzbistum Köln

Anmeldung und Zahlungsverfahren

Ihre Anmeldung, mit der Sie die Allgemeinen Geschäftsbedingungen und die Datenschutzverordnung der Akademie anerkennen, nehmen wir gerne online über die Internetseite der Akademie und auch per E-Mail, Telefax oder Post entgegen:

Thomas-Morus-Akademie Bensberg

Overather Straße 51-53

51429 Bergisch Gladbach

Telefon 0 22 04 - 40 84 72

Telefax 0 22 04 - 40 84 20

akademie@tma-bensberg.de

www.tma-bensberg.de

Sie können der künftigen Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten entsprechend den gesetzlichen Vorgaben jederzeit widersprechen.

Wenn Sie die Online-Anmeldung über den Veranstaltungshinweis auf unserer Internetseite nutzen, erfolgt die Bezahlung des Teilnehmerbeitrags per Kreditkarte oder im SEPA-Lastschriftverfahren und Sie erhalten automatisch und umgehend eine Anmeldebestätigung mit Rechnung.

Bei einer Anmeldung per E-Mail erhalten Sie eine Eingangsbestätigung und ebenso wie bei der An-

meldung per Post oder Fax innerhalb einer Woche die Anmeldebestätigung mit Rechnung. Die Zahlung wird dann im SEPA-Lastschriftverfahren vorgenommen. Wir bitten bei Ihrer Anmeldung um die notwendigen Angaben (IBAN) und um die Erteilung eines „SEPA-Lastschrift-Mandats“. Der Kostenbeitrag wird innerhalb von zehn Tagen nach Bestätigung von Ihrem Konto abgebucht.

Rücktrittsbedingungen

Bei Rücktritt behalten wir uns vor, pauschalierte Ansprüche auf Rücktrittskosten geltend zu machen (der Nachweis niedrigerer Kosten bleibt Ihnen vorbehalten): vom 30. bis 8. Tag vor Veranstaltungsbeginn: 40,00 €, vom 7. bis 1. Tag: 50%, ab dem Veranstaltungstag oder bei Nichterscheinen: 100% des Teilnehmerbeitrags. Stornierungen müssen schriftlich erfolgen. Sie haben jederzeit die kostenfreie Möglichkeit, eine(n) Ersatzteilnehmer(in) zu benennen. Der bei einer Online-Anmeldung mit Bezahlvorgang entrichtete Kostenbeitrag wird abzgl. eventuell anfallender Stornierungsgebühren innerhalb von zehn Tagen entsprechend dem gewählten Zahlverfahren zurück bezahlt.

Planung und Information

Anne-Katrin Kleinschmidt, Referentin,
Thomas-Morus-Akademie Bensberg

Bürozeiten der Thomas-Morus-Akademie

Montag bis Freitag 8.00 bis 17.00 Uhr



Stand: 15. November 2018