

# Matverkstad - kurser



Här i Matteiset öter vi vår lagade mat

Att laga mat tillsammans är roligt och ett härligt sätt att umgås. Alla sinnen används när du lagar mat. Det är både kreativt, socialt och stimulerande. Själen och kroppen får sig en smörjning av äkta och god mat.

Ta med dig vänner eller kollegor på en matlagningskurs. Vi tar emot 6-12 personer. Vi träffas en eftermiddag, kväll eller helg i Matspirans matverkstad, hemma på min gård där hästarna betar utanför.

Vi tillagar en 4-rättersmiddag eller mat med en speciell inriktning. Ni kanske vill lära er mer om vegetarisk mat, vitt, traditionell husmanskost, fisk- och skaldjur? Era önskemål styr innehållet.

Vi dukar fint tillsammans och ni avslutar med en måltid av era tillagade rätter. Ni får med er recepten hem och min förhoppning är att ni är påfyllda med lust, glädje och användbara kocktips, när vi avslutar dagen.

#### I matlagningskurs kan exempelvis ingå:

- › Fördrink
- › Tilltugg under matlagningen
- › 4-rättersmiddag
- › Recept
- › Vägledning och tips under matlagningen

Kontakta mig för information, pris och önskemål!

Varma hälsningar Marie  
070-55 17 889

**SKRIV UT**