

Kursusprogram uge 23 Grøn mad

Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
	07.00-8.00 Morgensvømning/ Morgenaktivitet	07.00-8.00 Morgensvømning/ Morgenaktivitet	07.00-8.00 Morgensvømning/ Morgenaktivitet	07.00-8.00 Morgensvømning/ Morgenaktivitet
	08.00-9.00 Morgenbuffet	08.00-9.00 Morgenbuffet	08.00-9.00 Morgenbuffet	08.00-9.00 Morgenbuffet
	09.00-10.00 Morgensamling Højskolens historie	09.00-10.00 Morgensamling Dessertkok på Geranium Mette Knøsgaard, Bosei	09.00-10.00 Morgensamling Kodawari - Kunsten at gå op i detaljerne i den japanske kultur	9.30-11.30 Bønner og linser
11.00-11.30 Ankomst	10.00-10.15 Formiddagspause	10.00-10.15 Formiddagspause	10.00-10.15 Formiddagspause	
11.30 Velkomst	10.15-12.00 Madlavning med sæsonens råvarer	10.15-12.00 Fokus på salater	10.15-12.00 Fokus på lokale og økologiske ingredienser	11.30 Fælles afslutning
12.15 Frokost	12.15 Frokost	12.15 Frokost	12.15 Frokost	12.15 Frokost
13.00 Indkvartering	14.00-17.30 Madlavning med sæsonens råvarer	13.30 Halvdagsudflugt Vi besøger Thorvaldsen samlingen af gipsafstøbninger og skitser på Nysø gods og får en omvisning. Herefter er der byvandring i Guldalderens Præstø med de toppede brosten.	14.00-17.30 Inspiration til nye, kreative retter, der kan tilfredsstille både smag og behov for varieret mad.	13.00 Afrejse
14.00-15.30 Intro til kurset i køkkener				
15.30-16.00 Eftermiddagspause				
Grønne snacks				
18.00 Aftenbuffet	18.00 Aftenbuffet	18.00 Aftenbuffet	18.00 Aftenbuffet	
19.30 <i>Aftenhygge og sange</i>	19.30-21.00 Foredrag v/naturfotograf Per Rasmussen Fra lokale kyster til Canada og den russiske grænse	19.30-21.00 Sangaften	Festlig afslutning	

Kursusprogram uge 23 Grøn mad