



Kochen als privater Event der besonderen Art ...

- JC** den Geburtstag feiern
- JC** sich mit Freunden treffen und entspannt den Ehrentag bei gutem Essen und Getränken verbringen
- JC** oder den gemeinsamen Urlaub planen und die Vorfreude mit Speisen der Urlaubsregion genießen

Kochen als Firmenevent der besonderen Art ...

- JC** sich mit Kunden in entspannter Atmosphäre kennenlernen
- JC** den Teamgeist bei einem Kochworkshop stärken
- JC** einen anstrengenden Seminartag mit gemeinsamen Kochen und Essen ausklingen lassen
- JC** bei einem Alter Work Event den Arbeitstag Revue passieren lassen

Fernab vom Büro – in einer Küche – gelingt mit Teamwork vieles leichter. Zusammenarbeit ist gefragt. Prozesse kommen in Gang. Austausch zwischen den Kollegen entwickelt sich und neue Perspektiven entstehen. Corporate Cooking Events sind eine Schnittstelle zwischen Beruf und Freizeit und Events für alle Sinne. Damit liegen Sie voll im Trend! Und Sie sichern Ihren Kunden, Geschäftspartnern und Mitarbeitern etwas ganz kostbares: Zeit zum Genießen, Raum für Genuss.

Ihr Kontakt zu uns

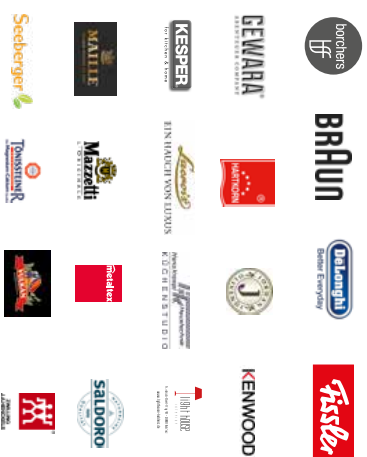
Für die individuelle Absprache und professionelle Beratung und Planung zu Ihrem persönlichen Event steht Ihnen Marianne Maier-Sieimatz, selbst Köchin, Restaurantfachfrau, Sommerkellnerin und Frontkellnerin zur Verfügung.

Kontaktadressen:
E-Mail: globuskostbar-slvkbb@globus.de, Telefon: 0261/98354-241

JC Die Globus KostBar

Globus Koblenz-Bubenheim
Globus Handelshof
St. Wendel GmbH & Co. KG
Betriebsstätte Koblenz-Bubenheim
Jakob-Caspers-Strasse 2, 56070 Koblenz-Bubenheim
Stz. am Wehrbuden, St. Wendel

Mit freundlicher Unterstützung von:



KOCHKURSE 2019 1. HALBJAHR



JC Die Globus KostBar

JE Die Globus KostBar

Zeit zum Geniessen,
Raum für Genuss!

Kochen Sie mit unseren Profis

19.01.2019 **Fisch und Muscheln** 79,00 € p.P.*

16:30 Uhr-
20:30 Uhr Ein leichter Start in das neue Jahr: Frischer Fisch, Muscheln und deutsche Weine, die besten Sachen kombiniert für einen gelungenern Abend.

4-Gang Menü | Koch: Sebastian Michael

02.02.2019 **Moderne Regionalküche** 69,00 € p.P.*

16:30 Uhr-
20:30 Uhr Das beste Produkt ist das mit dem kürzesten Weg in die Küche.

4-Gang Menü | Koch: Ingo Hilger

08.02.2019 **Auf nach Peru in die Schatzkammer**

17:30 Uhr-
21:30 Uhr **der Genüsse** 79,00 € p.P.*
Chupe de camarones (Krustentiersuppe)
Chivoce (Steinbutt rot mariniert)
Suspiro (Imeno (Milchdessert mit Portwein))

3-Gang Menü | Koch: Florian Bubonja

09.02.2019 **Storyteller** 69,00 € p.P.*

16:30 Uhr-
20:30 Uhr Mit einem Teller eine Geschichte erzählen, jeder Gang hat eine eigene Story. Von Vorspeise zur Suppe über Hauptgang zum Dessert.

4-Gang Menü | Koch: Sebastian Michael



23.02.2019 **Frühlingserwachen** 69,00 € p.P.*

16:30 Uhr-
20:30 Uhr Ein letzter Alkohol gilt als langweilig? Mitnichten... Klassische Gerichte der deutschen Küche zum Frühling neu interpretiert.

4-Gang Menü | Koch: Sebastian Michael

16.03.2019 **Des Winters letzter Auftritt** 99,00 € p.P.*

16:30 Uhr-
20:30 Uhr Trüffel und Morchel werden mit Jakobsmuscheln und Vorgänge veranzt, besser geht es nicht im tristen März.

Exklusives 3-Gang Menü | Koch: Florian Bubonja

22.03.2019 **Die Küche des Südens** 79,00 € p.P.*

17:30 Uhr-
21:30 Uhr Kulinarisch hat der Mittelmeerraum viel zu bieten. Spezialitäten der mediterranen Küche haben ein Aroma das nach Sonne und Urlaub schmeckt.

4-Gang Menü | Koch: Ingo Hilger

23.03.2019 **Osterküche** 79,00 € p.P.*

16:30 Uhr-
20:30 Uhr Noch keine Idee für Ostern? Mit einigen Tipps und Tricks ein raffiniertes Menü aus heimischen Produkten gekocht.

4-Gang Menü | Koch: Sebastian Michael

02.04.2019 **Pralinen Workshop** 89,00 € p.P.

18:00 Uhr-
20:30 Uhr Einführung in die Welt der Schokolade und Pralinen.

Pâtisseries: Sabine Pauly

06.04.2019 **Vegetarische Leichtigkeit** 59,00 € p.P.*

16:30 Uhr-
20:30 Uhr Fit in den Frühling mit einer fleisch- & fischlosen Küche bei der es an nichts fehlt.

4-Gang Menü | Koch: Ingo Hilger

13.04.2019 **Es lockt der Orient** 69,00 € p.P.*

16:30 Uhr-
20:30 Uhr Der Abend steht im Zeichen der Levante. Verschiedene kalte und warme Meze werden am Tisch zusammen genossen. Hier finden auch Vegetarier und Veganer ihr Pätzchen, nichtsdestotrotz wird es auch Fleisch geben.

Koch: Florian Bubonja

04.05.2019 **Fisch & Meerestfrüchte** 79,00 € p.P.*

16:30 Uhr-
20:30 Uhr Frischer Fisch und Meerestfrüchte sind nicht nur sehr lecker, sondern noch dazu auch sehr gesund.

4-Gang Menü | Koch: Ingo Hilger

* Getränke sind im Preis inkludiert.

25.05.2019 **Rind trifft Spargel** 99,00 € p.P.*

16:30 Uhr-
20:30 Uhr Es gibt kaum eine bessere Kombination der Aromen im Mai. Es wird ein 4-Gang Menü zubereitet im Zeichen von Rindfleisch, Spargel, Bärlauch und Erdbeere.

4-Gang Menü | Koch: Florian Bubonja

15.06.2019 **Frische Sommerküche** 79,00 € p.P.*

16:30 Uhr-
20:30 Uhr Heimisches Obst und Gemüse, ein gutes Stück Fleisch und aromatische Kräuter – wir genießen den Sommer von seiner besten Seite.

4-Gang Menü | Koch: Ingo Hilger

Gesundes Kochen mit Antonia Lief –
Personal Trainerin

21.02.2019 **Kameval, aber bitte ohne Sahne!** 49,00 € p.P.

18:00 Uhr-
20:30 Uhr Koloradam durch die Faschingszeit! Die Faschingszeit ist eine Zeit der Süßigkeiten und des zusammen feiern! Wie komme ich gesund und ohne viele Kalorien durch diese Zeit? Feiern ohne schlechtes Gewissen – geht das? Antonia zeigt Ihnen kalorienarme Getränke und Menüs. Zudem viele Tipps für einen guten Start in die anschießende Fastenzeit!

Theorie- und Praxis-Seminar inklusive Säftegetränke

Personal Trainerin: Antonia Lief

28.03.2019 **Rückenschmerzen und gesunde Ernährung** 49,00 € p.P.

18:00 Uhr-
20:30 Uhr Wie halte ich meinem Körper? Kann es sein, dass unsere Ernährung für manche Schmerzen im Körper verantwortlich ist? Mit dieser Frage beschäftigt sich Antonia mit Ihnen in diesem Workshop. Lernen Sie beispielhaft Hezadie und Tricks zu einem gesunden Rücken kennen. Theorie- und Praxis-Seminar inklusive Säftegetränke

Personal Trainerin: Antonia Lief

16.05.2019 **„Mutti, heute koche ich mal!“** 49,00 € p.P.

15:30 Uhr-
18:00 Uhr Einfach mal ein Danke an alle Mamas! Wenn Sie ihrer Mutter einmal einen netten Abend bereiten möchten, nehmen Sie den Kochhelfer in die Hand und verwöhnen Sie sich und ihre Mutter mit einem außer gewöhnlichen gesunden Gericht! (Auswahl von 2 Gerichten: 1x vegan, 1x normal – muss bei Anmeldung angegeben werden)

Kochkurs inklusive Säftegetränke

Personal Trainerin: Antonia Lief

Gesundes Backen für Kinder

18.04.2019 **Gesundes Backen** 39,00 € p.P.

15:30 Uhr-
18:00 Uhr Zucker, Butter und Weizenmehl brauchen wir hier nicht. Alternative Backzutaten allen geschmacklich kaum auf und haben einen festigen Effekt auf unsere Gesundheit- auch auf das Ihres Kindes! Antonia zeigt der Generation von morgen, dass der gesunde Umriss kein Hexenwerk ist. **Kinderkochkurs inklusive Säftegetränke**

Personal Trainerin: Antonia Lief

Mein Globus Kundenvorteil

Nutzen Sie den **Mein Globus Kundenvorteil** vom 01.01. bis

30.06.2019:

Zeigen Sie beim Erwerb von zwei Karten für einen Kochkurs die Mein Globus Kundenkarte vor und erhalten die zweite Karte zum halben Preis (nicht kombinierbar mit anderen Aktionen und Rabatten, Aktion gültig ausschließlich für Kochkurse vom 01.01. bis 30.06.2019).

