

Tag der offenen Tür
am Samstag, **22. 11. 2008**, von 15.00 - 18.00 Uhr.
in Aurich-Oldendorf · Karkweg 3

Mediterrane Kochschule No.1



Mediterrane Kochschule No.1

Gemeinsam Kochen und Genießen im mediterranen Landhausambiente mit **Ulrike Ehl**



Wir laden ein zum Tag der offenen Tür am Samstag, 22. 11. 2008, von 15.00 - 18.00 Uhr.

Karkweg 3 · Aurich-Oldendorf
☎ 04943-201662

Neu: jetzt auch Kinder- und Männerkochkurse!
www.mediterrane-kochschule-no1.de



Aussen ostfriesisch, innen spanisch

Karkweg 3 ist ein Tipp für Freunde guten Essens

wee **Aurich-Oldendorf**. Die Adresse Karkweg 3 in Aurich-Oldendorf sollten sich die Freunde guten Essens und eines guten Tropfens merken. Hier vermittelt Ulrike Ehl die Tipps und Tricks der mediterranen Kochkunst.

Dass Essen mehr als ein formaler Akt der Nahrungsaufnahme ist, stellt Ulrike Ehl in ihrer Philosophie klar: „Die Menschen im Süden sind lebensfroh, temperamentvoll und entspannt zugleich. Essen ist für sie ein Genuss und die Kommunikation findet an einem gedeckten Tisch statt, sei es in Familie, mit Freunden und Bekannten. Hier wird nicht nur gegessen, sondern vielmehr auch geredet, gelacht und gelebt.“

Ulrike Ehl hat in der Schweiz den Beruf einer Hotelfachfrau erlernt und war in erster Ehe mit einem spanischen Gastronomen verheiratet. Sie hatten an der Costa del Sol ein Luxusrestaurant der internationalen Küche, in dem auf den Tisch kam, was in der Region Marbella gefragt ist. Gefehlt hat aber das typisch spanische Element - die Tapas-Küche - die kleinen Häppchen für „zwischen durch“.

Sie hat in der Küche experimentiert, bei „Tante Pura“ in Granada die letzten Tricks und Tipps bekommen, wie die schmackhafte Kleinigkeiten zubereitet werden. Tante Pura arbeitete in der Tapasbar ihres Sohnes und war eine begnadete Tapas-Cocinera. „Der Duft von frischen Kräutern, Knoblauch, die Paella über dem offenen Holzfeuer zubereitet, das ist für mich der Begriff mediterraner Lebensqualität.“

Nachdem die spanische Periode im Leben von Ulrike Ehl beendet war, ist sie mit ihrem zweiten Mann ins weniger warme Ostfriesland zurückgekehrt. Genaue gesagt nach Aurich-Oldendorf in den Karkweg 3. Von außen ein scheinbar ganz normales ostfriesisches Haus, aber innen drin dominiert spanisches Interieur. Derbe Schränke, Tische und Sitzgelegen-

heiten in stillicherem Ausdruck einer jahrhundertealten Wohnkultur, angereichert mit spanischem Steingut, rotbraunen Tonfliesen und mediterranen Accessoires erwecken selbst im kältesten Winter ein Gefühl von südlicher Wärme.



Die Küche ist der Arbeitsplatz der diplomierten Ernährungsberaterin. Nicht nur, um für die eigene Familie zu kochen, sondern vielmehr noch, um hier die Geheimnisse der mediterranen Küche zu vermitteln. Ulrike Ehl gibt Kochkurse, an denen maximal zehn Freunde eines guten Essens teilnehmen können. Sie erlernen hier, wie die kleinen Tapas zubereitet werden, wie eine echte Paella zubereitet wird und wie sich Meeresfrüchte von ihrer besten Seite zeigen. Auch welche Weine für welche Speisen am Besten geeignet sind, erfahren die „Praktikanten“. Sie erfahren weiter, wie die Mittelmeerküche schlank machen kann - und Ulrike Ehl hat neben den ostfriesischen Hausfrauen mit speziellen Kursen für Männer und Kinder zwei Zielgruppen im Blick, denen sie besondere Aufmerksamkeit schenken möchte. Die Teilnehmer bekommen Rezepte mit auf den Heimweg, damit man auch zuhause einmal spanisch kochen kann.

Des Weiteren nehmen sie die Erinnerung an einen geselligen Abend mit, denn selbstverständlich wird nicht nur gemeinsam gekocht, sondern nach getaner Arbeit in der Küche wird gefaftelt: Was zuvor gekocht wurde, kann jetzt probiert werden. Wobei reichlich Gelegenheit zur „Fachsimelei“ am Esstisch gegeben ist, der natürlich mit spanischem Essgeschirr ausgestattet ist.

Die „Ehlsche Küche“ hat sich inzwischen einen guten Ruf erworben. Sie teilt ihr Wissen nicht nur am heimischen Herd mit, sondern auch innerhalb von Kochkursen der Volkshochschule und einmal monatlich im Einrichtungshaus Rudnick, wo sie die dortige Demonstrationsküche ausgiebig nutzen kann.

Wer nicht solange warten möchte, kann Ulrike Ehl am kommenden Samstag in Aurich Oldendorf besuchen. Zwischen 15 und 18 Uhr lädt sie zu einem Tag der offenen Tür zu sich nach Hause ein.



Wir wünschen weiterhin viel Erfolg!

**Zahnarztpraxis
Dr. Jörg Mintel**
Egelser Straße 153

Gruppenreise

Mallorca
vom 2. - 12. 9. 2009
ab/bis Münster, Hotel
Cala Millor Garden*** + DZ/Al
p. P. 733,- €
Bustransfer p. P. 50,- €

**REISEBÜRO
GOOSMANN**
Tel. 04943-990966 - Fax 990969, in Grossefehne

Verkaufen Sie Ihr Haus mit unserer Erfahrung!

DUIS IMMOBILIEN
Kanalstraße Nord 82 - 26629 Ostgroßefehn
Tel. 0 49 43 - 91 23 45 Fax 0 49 43 - 91 23 46



J. Rainer Schneider
Rechtsanwalt und Notar

Am Marktplatz 18 · 26603 Aurich
Telefon (04941) 2288
Telefax (04941) 18199

Anwaltliche Interessenschwerpunkte:

- Erbrecht
- Scheidungsrecht
- Unfallregulierung
- Bußgeldsachen
- Grundstücksrecht
- Miet- und Pachtrecht

Rund um die Uhr sicher zu Hause

promedica Hausnotrufdienst

Info: 0 49 71 | 12 12



NEU: Sicherheit auch für unterwegs
Bietet unser neues **Notfall-Handy**.
Wir beraten Sie gerne

Adolf Sassen
Diplom-Kaufmann
Vereidigter Buchprüfer
Steuerberater

Wir wünschen weiterhin viel Erfolg!

Kanalstraße Nord 58 · 26629 Grossefehne
Tel. (0 49 43) 92 29-0 · Fax (0 49 43) 92 29 99
www.steuerberater-sassen.de
E-Mail: info@steuerberater-sassen.de

