



Læsø  
Efterskole

# Livretter - MasterChef på menuen

**Drømmer du om at blive kok, eller er det din livret at lave god mad, kan du starte her.**

Deltag i valgfaget Gastronomi og lær at skabe sunde, smagfulde retter fra bunden. Vi arbejder med gode råvarer, smagssammensætning og teknikker som stegning, bagning og bålmad. Kurset giver dig færdigheder til at imponere i køkkenet – og skabe madglæde i fællesskab.

# Bliv chef i køkkenet - Slip din indre kok fri!

## Er du vild med mad, eller drømmer du om en fremtid indenfor gastronomi?

Så er valgfaget Gastronomi skræddersyet til dig!  
Lær at mestre de bedste råvarer og skabe retter, der  
begejstrer både smagsløg og sanser.

Dyk ned i kunsten at sammensætte smage – fra de fem grundsmage sødt, surt, salt, bittert og umami til krydderier, der løfter din mad til nye højder. Få styr på praktiske teknikker som stegning, bagning og madlavning over bål, alt sammen mens måltidet bliver en fælles oplevelse.

Kurset er mere end madlavning – det handler om at skabe fællesskab. Sammen skaber vi mad, der samler mennesker og skaber minder. Du får værktøjer til at imponere i køkkenet og tage de første skridt mod en mulig karriere i restaurationsbranchen.

## Hvad får du ud af valgfaget Gastronomi?

- Lær at arbejde med gode råvarer.
- Forstå smagssammensætning og skab velsmag.
- Få praktiske køkkentenikker – stegning, bagning, grill og mad over bål.
- Sammensæt komplette måltider og menuer.
- Skab fællesskab gennem madlavning.
- Bliv klar til fremtiden – og måske en kokkeskole.

**Tilmeld dig i dag og tag med på en smagsrejse -  
som MasterChef.**

