

Gaumenschule für Feinschmecker

Abseits von Hektik und Mainstream bieten Alexander Bader und sein Team Workshops, bei denen es um bewussten Genuss geht und neue Sinneswelten ergründet werden.

In einer Welt, in der kaum mehr Zeit für bewussten Genuss bleibt, setzt die Kulinarik-Kooperative **Spirit of Cooking** einen bewussten Kontrapunkt - in den **Sinneswelten-Workshops** sollte es darum gehen, die **"Geschmackssinne aus dem Tiefschlaf zu wecken"**. Das haben sich Alexander Bader und das Team von Spirit of Cooking zum Ziel gesetzt und daraus eine spezielle Seminar- und Kochkurs- Palette entwickelt.

Das Spektrum umfasst von **Basiskursen** für Kocheinsteiger über **vertiefende Kurse** wie "Soupkultur", "Fine Dining" oder "5 Elemente-Küche" bis zu **Kinderkochkursen** und **Weinseminaren** alles, was sich der Kulinariker wünscht. Auch für gestresste Manager hat man bei Spirit of Cooking ein besonderes Angebot: **Teambuilding mit Genuss**.

Wer aber nicht selbst Hand anlegen möchte, der liegt mit **"Kochen privat"** richtig. Egal, ob Sie ein Fest planen oder einfach einen genussvollen Abend zu zweit - Alexander Bader und sein Team kommen zu Ihnen nach Hause und verwöhnen Sie mit exklusiven Gaumenfreuden – Einkauf, Planung und das Aufräumen nach dem Kochen sind dabei selbstverständlich.



Eine kulinarische Vision

Alexander Bader rief vor mehr als einem Jahr **Spirit of Cooking** ins Leben. Der diplomierte diätetische Küchenmeister und Konditor ist WiFi Kochcoach und Trainer für TCM (Traditionelle Chinesische Medizin) und kann auf eine **internationale Küchenkarriere** zurückblicken. Das Wiener Palais Coburg und das Restaurant Meinel am Graben zählen genauso zu seinen Stationen wie das Hotel Vier Jahreszeiten und das Restaurant Le Canard in Hamburg.

Mit seinen Kursen möchte er seine "Vision" verwirklichen und **"den Menschen die lebendige Küchenvielfalt und ihre umfangreiche Qualitäten näher bringen"** – mehr Vielfalt, gesunder Genuss und prickelnde Lebensfreude sind dabei die erklärten Ziele.

Kosten, schmecken und erleben

Und tatsächlich – in den Kursen eröffnen sich neue **Geschmacksdimensionen**. Egal, ob Gerüche und Aromen beim Gewürztest oder die spannenden assoziativen Übungen abseits der geltenden Regeln - ein Wein kann auch mal nach Sonnenaufgang schmecken -, und das Erschmecken unter der erschwerten Bedingung der "optischen Täuschung": Man lernt Geschmack wieder bewusster wahrzunehmen.

Abgehalten werden die Kurse im **M77**, einem Ort des kreativen Genusses. Mit der Kombination aus Kochstudio, Restaurant, Werkstatt und Galerie hat Dr. Margot Glaszer-Seitschek ihren Traum verwirklicht und Genussfreunden einen neuen Entdeckungsspielraum gegeben.

Nach Hause geht man nach dem Workshop mit dem Gefühl, sich selbst und die eigenen Sinne besser kennen gelernt und neue **Aufmerksamkeit** für das bewusste Genießen gewonnen zu haben.

Für alle, die sich auf sinnliche Entdeckungsreise begeben wollen sind unter nachstehenden Links weitere Informationen und genaue Termine zu finden.

[Spirit of Cooking](#)