

SABOR A DOS
TACOS CAFETERIA & GRILL

Mehr als nur Rezepte wir geben Kindern und Jugendliche wertvolle Fähigkeiten fürs Leben mit.

Unsere Kochschule für Kinder & Jugendliche

NEFTENBACH ZH

Selbstständig werden | **Im Team arbeiten** | **Gesund und bewusst essen** | **Kreativität enthalten** | **Kulturen entdecken** | **Partys organisieren**

Unser Konzept

In unserer Kochschule entdecken Kinder und Jugendliche mit viel Freude die Welt des Kochens. Gemeinsam bereiten wir feine Gerichte zu, probieren Neues aus und sammeln spannende Erfahrungen.
Dabei lernen sie den Umgang mit Lebensmitteln, Hygiene und Sicherheit sowie den richtigen Umgang mit Messern, Backofen und heissen Herdplatten.
Mit viel Abwechslung und einer Portion Abenteuer fördern wir Selbstständigkeit, Kreativität, Teamgeist und Selbstvertrauen.
Denn Kochen macht nicht nur Freude, sondern vermittelt wichtige Fähigkeiten fürs Leben!

Unsere Kurse

Kids
9 – 13 Jahre

Teen
14 – 18 Jahre

Januar bis Mitte April
Ab KW 2

Montag & Mittwoch
Block 1 16:00 Uhr
Block 2 17:30 Uhr

75 Minuten pro Lektion

PREIS CHF 395.–
1x pro Woche
14 Lektionen | Wochen
ALLES INKL.

Unser 14-Wochen-Plan

- **Block 1** – Italienische Küche – Pizza & Focaccia
- **Block 2** – Mexikanische Küche – Tacos & Burritos
- **Block 3** – Pasta & Saucen – Selbstgemachte Pasta
- **Block 4** – Burger & Wraps – Kreative Sandwiches
- **Block 5** – Grill & BBQ – Fleisch, Gemüse & Beilagen
- **Block 6** – Vegetarisch & Vegan – Bunt und gesund
- **Block 7** – Süsses & Desserts – Von der Tarte bis zum Eis

Geschwisterrabatt
10 %

Jedes Thema wird während zwei Wochen vertieft!

VERSICHERUNG IST SACHE DER TEILNEHMER

Sabor a Dos | Restaurant & Cafeteria
Seuzachstrasse 37, 8413 Neftenbach
+41 78 883 2990 andy@ak-tennis.ch

SABOR A DOS
TACOS CAFETERIA & GRILL

Hier anmelden!



SABOR A DOS
TACOS CAFETERIA & GRILL



Unser Team

LILIANA KUMMER CASTELLANOS

Psychologin – Spezialistin für mexikanische Themen und Kultur

ANDY KUMMER

Leitung – Spezialist für südamerikanische und asiatische Themen

ESTEBAN OLEA

Bäcker – Spezialist für Teiggerichte und Grill

VALENTINA VILLASEÑOR

Aushilfe & Assistenz

DIEGO VILLASEÑOR

Aushilfe & Produkttester

Uber Eats

INFOS
ANMELDUNG



ANDYKUMMER TENNIS·ACADEMY

ISLER GESCHLIFFENE SACHE

Ich bin für Sie da
in Aesch & Neftenbach
Yannick Weber,
T 052 305 24 55

die Mobiliar

UNSERE KOCHSCHULE IN NEFTENBACH

Mehr als nur Rezepte – Fähigkeiten fürs Leben.

Liebe Eltern
Liebe Kinder und Jugendliche

Ab Januar 2027 startet unsere Kochschule für Kinder und Jugendliche im Restaurant Sabor a Dos beim Badi-Restaurant Neftenbach.
Gemeinsam kochen, lernen und entdecken wir – und vermitteln praktische **Fähigkeiten fürs Leben.**

1. Was lernen die Kinder bei uns? Kinder und Jugendliche lernen Schritt für Schritt, selbstständig in der Küche zu arbeiten.

Dabei fördern wir:

· Selbstständigkeit, Verantwortung, Planung und Organisation

· Kreativität, eigene Ideen, Teamarbeit und gegenseitige Unterstützung

· Bewussten Umgang mit Lebensmitteln und gesunde Ernährung

· Neue Geschmackserlebnisse sowie Interesse an verschiedenen Kulturen und Küchen

Unser Ziel – Kochen und Verantwortung übernehmen

Am Ende eines **Themenblock** können die Kinder ein eigenes Gericht zubereiten und lernen dabei etwas Neues über sich selbst.

Zum **Abschluss der Saison laden wir alle Eltern zu einem gemeinsamen Essen im Restaurant Sabor a Dos** ein.

Dabei übernehmen die **Kinder gemeinsam mit unserem Team die Organisation:**
Von der Menüplanung und Einkaufsliste über den Einkauf, die Vorbereitung, das Kochen und Servieren bis hin zur Reinigung und dem Abschliessen des Restaurants.
So erleben sie, wie ein Gastronomiebetrieb funktioniert, lernen Verantwortung zu übernehmen und können stolz zeigen, was sie gemeinsam erreicht haben.

Unser 14-Wochen-Kochprogramm

Sieben Themenblöcke von jeweils zwei Wochen zeigen, wie vielseitig Kochen ist und wie unterschiedliche Kulturen unsere Essgewohnheiten bereichern:





Italienische Küche – Pizza & Focaccia
Mexikanische Küche – Tacos & Burritos
Pasta & Saucen – Selbstgemachte Pasta
Burger & Wraps – Kreative Sandwiches
Grill & BBQ – Fleisch, Gemüse & Beilagen
Vegetarisch & Vegan – bunt und gesund
Süsses & Dessert ;)





VERSICHERUNG IST SACHE DER TEILNEHMER

Für wen ist unsere Kochschule?

KIDS – 9 bis 13 Jahre: Spielerisch entdecken und ausprobieren, erste Erfahrungen sammeln und Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten entwickeln.

TEENS – 14 bis 18 Jahre: Aufgaben übernehmen, Arbeitsabläufe organisieren und Gerichte zunehmend eigenständig zubereiten – mit Selbstständigkeit und Eigeninitiative.

Die endgültige Gruppeneinteilung wird individuell geprüft und angepasst.

Unser Team – vielseitige Kompetenzen, ein gemeinsames Ziel

ANDY KUMMER – Leitung & Gastronomie
Leiter des Restaurants Sabor a Dos und verantwortlich für Organisation und Leitung der Kochschule. Als langjähriger Tennistrainer hat er Erfahrung in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen.
Kulinarische Schwerpunkte: südamerikanische und asiatische Küche, insbesondere Sushi.

LILIANA KUMMER CASTELLANOS – Psychologie, mexikanische Küche & kreative Gestaltung
Psychologin mit mexikanischen Wurzeln und Fachwissen zur Entwicklung von Kindern und Jugendlichen. Ihre Schwerpunkte: traditionelle mexikanische Gerichte, hausgemachte Saucen sowie Buffetgestaltung, Dekoration und kreative Speisenpräsentation.

ESTEBAN OLEA – Bäckerei, Teiggerichte & Grill
Bäcker mit praktischer Erfahrung in Teigen, Backwaren und Grillküche. Er vermittelt handwerkliches Geschick, Genauigkeit, Geduld und Freude am Umgang mit Lebensmitteln.

VALENTINA VILLASEÑOR – Assistenz & Unterstützung
Unterstützt die Organisation und Durchführung der Kochlektionen sowie die Kinder bei praktischen Aufgaben in der Küche.

DIEGO VILLASEÑOR – Assistenz & Produkttester
Unterstützt das Team bei praktischen Aufgaben, bringt die Perspektive der jungen Generation ein und testet neue Kreationen.

Was macht unsere Kochschule besonders?

Wir verbinden psychologisches Fachwissen, gastronomische Erfahrung, handwerkliches Können und unterschiedliche kulturelle Hintergründe. So möchten wir neben Kochwissen auch Fähigkeiten für den Alltag vermitteln.
Wir möchten eine Umgebung schaffen, in der jedes Kind willkommen ist, sich ausprobieren darf, Fehler machen kann und mit jeder Lektion ein Stück selbstständiger wird.

Wir möchten keine Köche ausbilden, sondern Kindern Fähigkeiten, Erfahrungen und Selbstvertrauen fürs Leben mitgeben.

Anmeldung und Kontakt Sabor a Dos – Restaurant & Cafeteria

Badi-Restaurant Seuzachstrasse 37 | 8413 Neftenbach

Telefon: 078 883 29 90 E-Mail: andy@ak-tennis.ch