Buono, sano, vegano!

INIZIO CORSO: giovedì 17 novembre 2016

durata: 3 ore

Prezzo: 97,60 € (80,00 € + IVA)

ISCRIVITI ORA

È possibile iscriversi al corso online scegliendo un metodo di pagamento, o scaricando il modulo di iscrizione ed inviandone copia compilata al numero di fax o all'indirizzo email indicati nel documento.

Torna all'Università del Gusto la cucina vegana della chef Silvia Cappellazzo, con una lezione per appassionati dedicata alla realizzazione di un intero menu vegano. Creare un menu versatile, creativo, goloso ed accattivante senza utilizzare alcun prodotto d'origine animale è infatti possibile. Insieme impareremo come sfruttare al meglio il mondo vegetale per potenziare l'apporto nutritivo, organolettico e rispondere nel contempo alle esigenze di tutta la famiglia. Silvia, veganchef, docente e e consulente di cucina naturale vegetale per diverse realtà ristorative ed enti di formazione, tra i quali il ristorante Comandi di Dolo, e la nostra struttura, guiderà i partecipanti nella realizzazione di alcune ricette semplici, veloci e sfiziose a base di prodotti vegetali. Sarà l'occasione per coniugare gusto, creatività e benessere, con particolare attenzione alla scelta e all'utilizzo delle materie prime.

Obiettivi:

Il corso intende offrire ai sostenitori della cucina vegana e a chi intende avvicinarla, l'occasione di sperimentare le numerose possibilità creative di verdure e cereali nella preparazione di piatti vegani.

Contenuti:

La lezione sarà preceduta da una introduzione sui principi che stanno alla base della cucina e dello stile alimentare vegano.

Successivamente si procederà alla realizzazione di un intero menù vegano.

Calendario

Giovedì 17 novembre 2016
dalle ore 19.30 alle ore 22.30

Destinatari:

Il corso è rivolto ai sostenitori della cucina vegana e a chi intede scoprirla.