

cookiteca

TALLER-TIENDA DE COCINA

BUDDHA BOWLS



Precio: 48.00€

Horario: 19:15-21:15

Fecha del curso: 13/11/2018

Impartido por: Alf Mota

Lugar:

Taller de cocina vegana, sana y equilibrada con ingredientes naturales y ecológicos, dirigido por Alf Mota, cocinero y profesor de cocina natural y terapéutica.

Disfruta con los bowls!

Cuencos combinados y equilibrados:

Buddha bowl a la mexicana (frijolitos, tortitas de maíz, ceviche de aguacate y mole de chocolate y cacahuetes)

Buddha bowl en la oriental (sushi con tempeh y verduras, wok de raíces y shiitakes con miren y tamari, ensalada prensada de wakame y pepino con salsa agridulce)

Buddha bowl a la catalana (Garbanzos con espinacas y pasas, crema de escalibada, pan de trigo sarraceno con tomate, albóndigas de soja y ensalada verde)

Buddha bowl a la italiana (zoodles de calabacín 'en la rabiata' con parmesano vegano, fritatta de polenta, ensalada caprese con lentejas).

Profesor:

