

cookiteca

TALLER-TIENDA DE COCINA

VEGAN COOKING CLASES

Vegan Batch Cooking



Price: 55.00€

Time: 19:30-21:30h

Date: 20/01/2026

Teacher: Sofia Ferreira

Place: Cookiteca Sarrià

Cómo preparar un menú vegano para toda la semana, con el Batch Cooking!

El batch cooking consiste en planificar, comprar, cocinar y guardar diferentes ingredientes preparados, que luego puedes juntar para conseguir recetas completas.

De este modo, dedicando poco tiempo y ahorrando dinero, puedes cocinar un día a la semana y comer cada día una receta equilibrada y apetitosa!

Recetas:

Crema lentejas rojas

Pasta con boloñesa

Verduras salteadas con tofu

Stroganoff champiñones

Arroz salvaje con semillas

Verduras asadas

Puré Garbanzos

Ensalada de col

Traer: Delantal, tupper para que puedas llevar la comida en el caso de que sobre y muchas ganas de pasarlo bien!



Cookiteca Valencia 223: Valencia 223, bajos 08007 Barcelona - Phone 93 205 93 73

Cookiteca Poble Espanyol: Av. Francesc Ferrer i Guardia, 13, 08038 Barcelona - Phone 93 205 93 73

Cookiteca Sarrià: EN - Phone 93 205 93 73

Venimos a su empresa, su espacio, su casa...: m

www.cookiteca.com

Mail:

info@cookiteca.com