



COCINA VEGANA 2

PAN CON MASA MADRE CON NEREA



Price: 60.00€

Time: 11-14h

Date: 11/05/2019

Teacher: Nerea Zorokiain

Place: Cookiteca Sarrià

En este taller vas a aprender cómo preparar tus propios panes con fermentación natural de forma sencilla.

La fermentación del trigo, es un método tradicional que se ha utilizado desde la antigüedad sobre todo en los países europeos.

En la actualidad, con la industrialización de los procesos de elaboración del pan, se esta perdiendo esta técnica sencilla y beneficiosa para nuestra salud. Los alimentos fermentados son claves para cuidar y recuperar el sistema digestivo, ya que éste en concreto, predigiere el alimento para que podamos aprovechar todos sus nutrientes.

Vas a aprender a elaborar paso a paso:

Pan integral de masa madre

Focaccia

Bases de pizza

Pan a la plancha

Pan de pita

Se entregara un amplio dossier con explicaciones de la elaboración de las recetas mencionadas y se elaborará de forma práctica cada una de ellos.

¿A quien va dirigido?

- Quieres introducirte en el mundo de la panadería tradicional y no sabes por donde empezar
- Has encontrado dificultades en la elaboración de panes
- Quieres aprender nuevas y sorprendentes recetas saludables
- Suelen utilizar de forma habitual pan y te gustaría poder elaborarlos en tu casa de forma sencilla

¿Que voy a aprender?

- Cuáles son los beneficios del consumo de panes con fermentaciones naturales
- Cómo preparar panes de forma tradicional
- La técnica necesaria para conseguir un resultado increíble

¿Quien lo imparte?

Nerea foto

Image not readable or empty
/source/Nerea foto.png

Nerea Zorokiain

Profesora y Coach macrobiótica.
Experta en fermentación.

Autora del libro: Fermentación, crea recetas saludables, sencillas y transformadoras.

Cofundadora, profesora y consultora macrobiótica en Nishime.

Profesora en la Universidad pública de Navarra, colaboradora en un programa semanal en EITB, profesora en el Instituto Macrobiótico de España, en el Instituto Macrobiótico de Portugal. Imparte conferencias, charlas, showcooking a nivel nacional e internacional.

.....

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