cookiteca
TALLER-TIENDA DE COCINA

COCINA VEGANA

1. BATCH COOKING VEGANO VV



Precio: 50.00€

Horario: 19:30-21:30h

Fecha del curso: 16/01/2024

Impartido por: Sofia Ferreira

Lugar: 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, 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 - Tlf. 93 205 93 73
Cookiteca Poble Espanyol: Av. Francesc Ferrer i Guardia, 13, 08038 Barcelona - Tlf. 93 205 93 73
Cookiteca Sarrià: Carrer Major de Sarrià nº 74, Barcelona 08017 - Tlf. 93 205 93 73
Cookiteca On Tour: Cualquier ubicación

www.cookiteca.com
E-mail:
info@cookiteca.com