cookiteca
TALLER-TIENDA DE COCINA

# COCINA VEGANA

## 1. BATCH COOKING VEGANO VV



**Precio: 55.00€**

**Horario:** 19:30-21:30h

**Fecha del curso:** 20/01/2026

**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 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**

**Strogonoff 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