cookiteca

TALLER-TIENDA DE COCINA

MONOGRÁFICOS DE COCINA

BATCH COOKING DE COCINA TRADICIONAL 2x1 PG Sábado



Precio: 60.00€

Horario: 12,30-14,30h

Fecha del curso: 10/04/2021

Impartido por: Rosa M Garcia

Lugar: Cookiteca Valencia 223

OFERTA: 2x1

¡Cocina un día para toda la semana!

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!

Las combinaciones de ingredientes van al gusto de cada uno! En este caso, Rosa Maria García propone combinaciones para recetas tradicionales, fáciles y rápidas, para cada día.

Nosotros te daremos ideas y pautas para preparar los menús de 5 días, comida y cena.

Luego ya depende de tí!

Con lo que prepararemos podremos obtener las siguientes recetas:

Comidas

-Espagueti con salsa de tomate y berenjena

-Crema de calabaza al aroma de comino

-Arroz a la cazuela de verduras asadas al romesco

-Berenjenas rellenas con atún gratinadas

-Estofado de judías blancas mar y montaña

-Wok de verduras con gambas

-Salmón en papillote

-Empedrat

-Ternera a la jardinera

-Cazuela de pollo con sanfaina

Cenas

-Bowl de pollo a la parmesana

-Fajitas de pavo con verduras

-Tostas de brandada con tomates confitado

-Ensalada de quinoa con vinagreta de limón y menta

-Tortilla a la paisana con setas

Increíble, verdad?

Ven a probarlo!

2x1: Precio para dos personas. Ven acompañado!

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