cookiteca

TALLER-TIENDA DE COCINA

MONOGRÁFICOS DE COCINA

BATCH COOKING DE COCINA TRADICIONAL 2x1 PG



Precio: 60.00€

Horario: 19-21H

Fecha del curso: 29/04/2021

Impartido por: Rosa M Garcia

Lugar: Cookiteca Valencia 223

OFERTA: 2x1

¡Cocina un día para toda la semana!

SI TE HAS QUEDADO SIN PLAZA, PUEDES VENIR EL SÁBADO 15 DE MAYO! CLICA AQUÍ!

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