cookiteca
TALLER-TIENDA DE COCINA

MONOGRÁFICOS DE COCINA

BATCH COOKING TRADICIONAL



Precio: 80.00€

Horario: 12,30-15h

Fecha del curso: 11/01/2025

Impartido por: Rosa M García

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:

-Espagueti en salsa de tomate con berenjenas asadas al romero

-Crema de calabaza con aroma de albahaca

-Salmón al papillote con brócoli y limón

-Pollo asado con verduras

-Cazuela de verduras con salsa romesco

-Ensalada de quinoa con vinagreta de menta

-Albóndigas de ternera jardinera

-Rollitos de berenjena gratinados

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