



LEZIONE DI CUCINA NATURALE "MENU PASQUALE"

a cura di

Rossana Madaschi Dietista e Docente di Scienza dell'Alimentazione

www.nutrirsidisalute.it

Venerdì 22 aprile 2011

dalle ore 20.00 alle ore 22.30

c/o Nutrirsi di salute Via Campagnola, 23/B Bergamo

Menù

Antipasto: Tomini di arachidi (senza latte)



Salsa: Salsa aromatica con gomasio



Primo: Gnocchi al radicchio rosso con crema di tofu



Secondo: "Capretto felice" di seitan con semi di papavero



Contorno: Cuori di carciofi in salsa rosa



Pane semintegrale con mix di aromi



Dolce: Panna cotta al cioccolato (senza latte)



Digestivo: Infuso alla menta e karcadè



Bevande: Acqua naturale depurata

**PER LA REALIZZAZIONE DELLE RICETTE SARANNO UTILIZZATI
INGREDIENTI DA AGRICOLTURA BIOLOGICA**

La quota di partecipazione di € 30,00 è comprensiva della degustazione di tutte le preparazioni della lezione di cucina naturale. A tutti i partecipanti verrà inoltre consegnato il ricettario completo e si svilupperanno tematiche di educazione alimentare.

Per le iscrizioni:

Nutrirsidi salute

cellulare: 348.811.91.31

e-mail: info@nutrirsidisalute.it

SCEGLI CON GUSTO E MANGIA SANO!