



Descobreix el nostre taller de cuina saludable!

T'imagines poder preparar àpats nutritius, fàcils i basats en vegetals?
Aprèn a cuinar plats deliciosos i saludables amb BSA i l'Escola de Gastronomia d'Hostaleria i Turisme de Badalona.

Organitza:





Què aprendràs?



Cuina pràctica i nutritiva

Receptes saludables fàcils de preparar, econòmiques i perfectes per emportar en tupper.



Reducció del malbaratament

Idees per aprofitar els aliments amb una base alimentària d'origen vegetal.



Treball en equip

Una experiència divertida que fomenta la col·laboració i millora les relacions entre companys.



No t'ho perdís!

Taller de 4 hores (10-14h) el dissabte 29 de març, amb xerrada nutricional i elaboració d'un menú complet: des de snacks energètics fins a un deliciós carrot cake vegà!

Places limitades a 12 persones treballant en equips de 3.
Podràs degustar les teves creacions o emportar-te-les a casa.

Comparteix aquest post amb els teus companys de BSA i vine a gaudir i aprendre amb nosaltres!

Reserva la teva plaça mitjançant el correu electrònic
activament@bsa.cat

Menú

Snacks energètics com a
barretes de cereals per fer passar
la gana

Aperitiu

Mini caneló de carabassó amb
cremós d'alvocat

Primer plat

Crema de coliflor amb ou a baixa
temperatura i bolets

Segon plat

Hamburguesa de llegums, chips
de col kalé i salsa tzatziki

Postre

Carrot cake vegà

