

## CUINA VEGANA

### 1. Batch Cooking Vegà PG



**Preu: 60.00€**

**Horari:: 19-21h**

**Data del curs:: 12/01/2021**

**Impartit per: Sofia Ferreira**

**Lloc: Cookiteca Valencia 223**

**¡OFERTA!: 2x1**

Com preparar un menú vegà per a tota la setmana!

Aquesta és una classe molt especial on a més de les receptes preestablertes, aprendràs a planificar els menús de la setmana i combinar els ingredients fent diversos plats.

Elaborarem bases de llegums, vegetals i cereals per aconseguir aquestes receptes:

- Crema lleties vermelles i moniato
- Pasta amb bolonyesa de lleties vermelles
- Hummus amb crudités
- Verdures a el vapor amb vinagreta de tahine
- Wraps de col amb bolonyesa, hummus o verdures
- Verdures saltejades amb tofu
- Arròs Integral amb llavors torrades
- Entrepà de sushi
- Hamburguesa d'arròs i verdures
- Boletes d'arròs i gomasio amb salsa tahine

**Portar:** Davantal, tupper perquè puguis portar el menjar en el cas que sobre i moltes ganes de passar-ho bé!



**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

**Venimos a su empresa, su espacio, su casa...:** Qualsevol ubicació

[www.cookiteca.com](http://www.cookiteca.com)  
Correu electrònic:  
[info@cookiteca.com](mailto:info@cookiteca.com)