

# cookiteca

TALLER-TIENDA DE COCINA



## AN INTRODUCTION TO COOKING

### RICE



**Price:** 48.00€

**Time:** 19:30-21:30h

**Date:** 30/06/2022

**Teacher:** Rosa M García

**Place:** Cookiteca Sarrià

### ¡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
- Empedrat con guacamole
- Cazuela de verduras con salsa romesco
- Ensalada de quinoa con vinagreta de menta
- Tortilla de verduras
- Albóndigas de ternera jardinera
- Rollitos de berenjena gratinados

**Este taller forma parte del curso de INICIACIÓN A LA COCINA**

**[Consulta el temario AQUI](#)**

Reserva el curso completo con un precio muy especial. (Precio 10 talleres 480€, precio si reservas todo el curso completo: 425€)

También puedes comprar un [PACK de 3 Talleres](#) i escoger los que más te gusten! Sólo por 130€!!!



**Cookiteca Valencia 223:** Valencia 223, bajos 08007 Barcelona - Phone 93 205 93 73

**Cookiteca Poble Espanyol:** Av. Francesc Ferrer i Guardia, 13, 08038 Barcelona - Phone 93 205 93 73

**Cookiteca Sarrià:** EN - Phone 93 205 93 73

**Venimos a su empresa, su espacio, su casa...:** m

[www.cookiteca.com](http://www.cookiteca.com)

Mail:

[info@cookiteca.com](mailto:info@cookiteca.com)