

INTENSIVO DE COCINA VEGANA

PAN CON MASA MADRE CON NEREA



Precio: 60.00€

Horario: 11-14h

Fecha del curso: 11/05/2019

Impartido por: Nerea Zorokiain

Lugar: Cookiteca Sarrià

En este taller vas a aprender cómo preparar tus propios panes con fermentación natural de forma sencilla.

La fermentación del trigo, es un método tradicional que se ha utilizado desde la antigüedad sobre todo en los países europeos.

En la actualidad, con la industrialización de los procesos de elaboración del pan, se esta perdiendo esta técnica sencilla y beneficiosa para nuestra salud. Los alimentos fermentados son claves para cuidar y recuperar el sistema digestivo, ya que éste en concreto, predigiere el alimento para que podamos aprovechar todos sus nutrientes.

Vas a aprender a elaborar paso a paso:

Pan integral de masa madre

Focaccia

Bases de pizza

Pan a la plancha

Pan de pita

