

cookiteca

TALLER-TIENDA DE COCINA

MONOGRÁFICOS DE COCINA

BATCH COOKING TRADICIONAL



Precio: 80.00€

Horario: 12,30-15h

Fecha del curso: 11/01/2025

Impartido por: Rosa M García

Lugar: Cookiteca Valencia 223

OFERTA: 2x1

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



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...: Cualquier ubicación

www.cookiteca.com

E-mail:

info@cookiteca.com