

Corsi di Cucina

DOTT.SSA FERRARI

CORSI DI CUCINA NATURALE E PREVENTIVA

I CORSI DI CUCINA

In collaborazione con lo chef Luca Malacrida, lo studio organizza dei **laboratori dedicati alla pratica culinaria e all'educazione alimentare** per insegnare l'uso appropriato della cucina come **strumento quotidiano di prevenzione e salute**.

Il nostro laboratorio di cucina naturale e preventiva nasce dalla forte e attualissima esigenza di conciliare il buon gusto alle raccomandazioni scientifiche sulla prevenzione.

Tali raccomandazioni sono divulgate a livello mondiale dal WCRF, Il Fondo Mondiale per la Ricerca sul Cancro.

CORSI DI CUCINA

DATE E PROGRAMMA

I laboratori si svolgono la domenica, dalle 9:30 alle 17 e in questi incontri si apprenderanno le regole della buona cucina, come scegliere alimenti di ottima qualità e i materiali adeguati per ricercare l'equilibrio nella composizione del pasto (pentole, spazzole, coltelli, taglieri), nonché i diversi metodi di cottura (vapore, pressione, vaso-cottura, frittura, bassa temperatura etc...).

CORSI DI CUCINA

UN MOMENTO CONVIVIALE

I piatti, preparati da tutti i partecipanti sotto la guida dello chef, saranno gustati insieme durante il pranzo vissuto in allegria e convivialità.

CORSI DI CUCINA

UN MOMENTO CONVIVIALE

I piatti, preparati da tutti i partecipanti sotto la guida dello chef, saranno gustati insieme durante il pranzo vissuto in allegria e convivialità.