

In collaborazione con:

MOCAB
ARREDAMENTI

Show cooking ed educazione alimentare: la parola ad un dietista-cuoco!

Luca
L'insospettabile
leggerezza
del **gusto**

*100 e più ricette di buon senso
per far convivere piacere e salute*



Mangiare sano significa applicare quotidianamente un metodo di alimentazione consapevole. Una corretta educazione alimentare e l'attenzione alla stagionalità sono un validissimo contributo a un'alimentazione ecosostenibile.

Lezione di educazione alimentare di un dietista-cuoco con degustazione finale.

Programma: Educazione alimentare e consapevolezza del cibo

Show Cooking e degustazione di ricette originali e leggere, rivisitati in chiave "sana", ma sempre gustose. Come cucinare le verdure di stagione:

- Bicchierini di crema di pomodoro con zucchine essiccate e crostini di pane integrale e pop corn
- Arrosto di sedano rapa con salsa di cipolla caramellata e topinambur al forno
- Lasagnette di pane carasau, salsa di zucca e funghi e semi di zucca tostati

Docente: Dietista Dr. Borelli Luca, autore del libro "L'INSOSPETTABILE LEGGEREZZA DEL GUSTO"

Data e sede: Lunedì 16 Novembre 2015 dalle 19.00 alle 22.00
presso MOCAB ARREDAMENTI, Via Sacco e Vanzetti, 3/8 Guastalla (RE)

Costo: € 40,00

Iscrizione: Far pervenire entro 13/11/2015 la scheda di iscrizione reperibile presso la sede del CFP Bassa Reggiana o scaricabile dal sito www.cfpbr.it

Corso attivato al raggiungimento di almeno 15 partecipanti. Verrà rilasciato Attestato di Frequenza

REFERENTE CORSO

ALESSANDRI ELISA

Tel.: 0522/835217 - Int. 16

E-mail: e.alessandri@cfpbr.it

**NUTRILA
TUA
PASSIONE**



CFP BASSA REGGIANA
Via S. Allende 2/1
42016 Guastalla (RE)

☎ 0522/835217
☎ 0522/219797
🌐 www.cfpbr.it
📍 bit.do/cfpbr