

RISCOPRIAMO GLI ALIMENTI FERMENTATI TUTTI I TRUCCHI PER FARLI A CASA

CON VANESSA TOSATTI E GIULIA PIERI



VENERDÌ 17 NOVEMBRE 2017 ORE 19.45 (REGISTRAZIONE PARTECIPANTI)

VANESSA TOSATTI

- PRODURRE IN CASA SI PUÒ: ATTREZZATURE E TRUCCHI
- CENNI SULLE BASI DELLA FERMENTAZIONE ACIDO-LATTICA
- FERMENTAZIONE SELVAGGIA O CON CULTURE STARTER, STARTER CASALINGHI
- IL KEFIR, I SUOI DERIVATI E GLI SVARIATI USI - **DIMOSTRAZIONE PRATICA E ASSAGGIO**
- TIBICOS, IL KEFIR D'ACQUA - ASSAGGIO
- CONSERVARE I PRODOTTI FERMENTATI
- ALCUNE RICETTE SFIZIOSE
- DOMANDE E RISPOSTE DEI PARTECIPANTI SUI TEMI ANALIZZATI
- PICCOLO ASSAGGIO FINALE A **SORPRESA**

VENERDÌ 24 NOVEMBRE 2017 ORE 20.00

INTRODUZIONE: ASPETTI MEDICI - DOTT. GUIDO BALESTRA

VANESSA TOSATTI

- PRODURRE IN CASA SI PUÒ: ATTREZZATURE E TRUCCHI
- CENNI SULLE BASI DELLA FERMENTAZIONE ACETICA
- CRAUTI E VERDURE FERMENTATE - **DIMOSTRAZIONE PRATICA E ASSAGGIO**
- LE OLIVE, REGINE DIMENTICATE DEI FERMENTI BUONI - ASSAGGIO
- KOMBUCHA E KIMCHI, I BENEFICI DELL'ANTICO ORIENTE - ASSAGGIO
- CONSERVARE I PRODOTTI FERMENTATI
- ALCUNE RICETTE SFIZIOSE
- DOMANDE E RISPOSTE DEI PARTECIPANTI SUI TEMI ANALIZZATI

VENERDÌ 1 DICEMBRE 2017 ORE 20,00

INTRODUZIONE: ASPETTI MEDICI - DOTT. GUIDO BALESTRA

GIULIA PIERI

- VASETTO CON GIARDINIERA FERMENTATA, PATÈ DI POMODORI SECCHI, HUMUS E
INSALATA CROCCANTE - ASSAGGIO

- TABULÈ ALLA SICILIANA CON CAVOLO CAPPuccio FRULLATO E VERDURE
INVERNALI MARINATE INSAPORITE CON OLIVE, CAPPERI, POMODORI SECCHI -
ASSAGGIO

- CARPACCIO DI CAVOLFOIORE AROMATICO - ASSAGGIO

- BUDINO DI CHIA CON CREMA SPALMABILE E CACAO CRUDO - ASSAGGIO

- DOMANDE E RISPOSTE DEI PARTECIPANTI SUI TEMI ANALIZZATI

*I 3 INCONTRI SOPRACITATI SI TERRANNO PRESSO LA SEDE DELLA
FONDAZIONE CARDIOLOGICA SACCO IN PIAZZA FRATELLI RUFFINI N.6
A FORLÌ. COSTO DEL CORSO **EURO 65** A PERSONA. NUMERO MASSIMO
PARTECIPANTI **30 PERSONE**. PER INFO E PRENOTAZIONI CHIAMARE
0541-623123 O SCRIVERE A **FORMAZIONE@SALUTEINARMONIA.IT***
