



La cultura vegetariana ...nella realtà locale e in altre etnie Due lezioni – **18 e 25 ottobre 2012**

– giovedì

dalle 20.00 alle 23.00 circa

Scadenza iscrizioni:

09 ottobre

201

2

L'autunno culinario de **L'Isola che c'è** si inaugura con due serate dedicate alla cultura vegetariana curate dalla Chef **Nicoletta Barazzutti** – vegetariana DOC - nonché sapiente ed esperta docente.

I nostri corsi pratici si svolgono in laboratori didattici attrezzati adeguatamente in modo da permettere a tutti i partecipanti di lavorare.

Programma

Prima lezione - **18 ottobre**

- Salsa guacamole (messico)
- Salsa hummus (medio oriente)
- Orzo e farro al pesto leggero
- Pane integrale con semi di girasole e zucca



- Crostata di zucca

Seconda lezione - **25 ottobre**

- Riso rosso con zucca e tartufo
- Crocchette di lenticchie e verza
- Pane integrale con semi di sesamo
- Biscotti al cocco e brutti e buoni alle spezie

Sede del corso: laboratorio didattico di **Seno & Seno** – Via L. Pasteur 10 – Verona

I vini proposti durante la cena finale di ogni lezione sono dell'Enoteca
Ristorante "**AL CALMIERE**"

Scadenza iscrizioni: **09 ottobre 2012**

N.B.: il corso verrà realizzato al raggiungimento del numero minimo di 15 iscritti. Dalla data di pubblicazione alla data d'inizio corso il programma potrebbe subire modifiche e/o variazioni.

Scarica il [pieghevole](#) dei nostri corsi autunnali

Informazioni e iscrizioni presso: Circolo Arci "L'isola che c'è"

e-mail: m.pellegrinotti@arci.it

N.B.: i nostri uffici sono aperti il martedì e giovedì dalle 10.00 alle 18.00

Le iniziative sono rivolte ai soci Arci o a coloro che desiderano associarsi