l'Associazione ARCI 'veganierranti' organizza
lezioni di 'ARTE DEL KUNG FOOD'

LA GRANDE GIORNATA DEI DOLCI

nella cucina vegana

Domenica 12 Maggio dalle ore 11.00 alle ore 16.00

presso la sede di Tosse (Noli), Loc. Bricco, 12.

Preparare dolci senza uova, burro o latticini è semplice!

Come eliminare il colesterolo dai dolci (e, volendo, anche lo zucchero) sorprendendo piacevolmente il palato con sapori tradizionali, ma senza il retrogusto di sfruttamento e morte violenta che di solito li accompagnano?
"Ma cosse ghe mettì, alùa?"
"Ninte - ghe dimmu - a l'é aia frita, ma a l'é bun-na!"

Impariamo a fare:

- Crostate, biscotti e strudel: i segreti della pasta frolla 'veganierranti';
- Le creme alla mandorla dei veganierranti (dalla base del M° Boscarello);
- Le torte lievitate: tarta de compostela, sacher torte;
- I dolci sfizioso col tofu: tofu-cake alla frutta, bunet, bavarese.

Una giornata di condivisione suddivisa in teoria e pratica, supportata da dispense e rallegrata dal pranzo vegan.

Costo: 40,00 euro, per soci ARCI :corso, pranzo, dispense; 15,00 euro per il solo pranzo (se qualcuno si vuole aggiungere); 30,00 euro solo corso.
E' necessario essere socio ARCI o fare la tessera contestualmente al corso (costo 12.00 euro).

Per info e prenotazioni: email: veganierranti@inventati.org
telef: Michele:340.7887617.
Il blog: veganierranti.noblogs.org