



PRIMAVERA VEG

CORSO DI CUCINA FRA INGREDIENTI
CURIOSI, SPEZIE E FORNELLI

3-10-17-24 Maggio

ORARIO 18 - 22



PRESSO AYURVEDA INTERNATIONAL ACADEMY,
VIA BURCHIELLO 2-A FIRENZE

ELISA 3776801494

GIADA 3331253528 SOLO WHATSAPP



PRIMAVERA VEG

corso di cucina fra ingredienti curiosi, spezie e fornelli

Il corso offre l'occasione di condividere l'esperienza culinaria vegetariana e vegana che Elisa e Giada coltivano da anni con passione e divertimento. Ogni incontro tematico si concluderà con una cena conviviale dove assaggeremo insieme i piatti che abbiamo preparato. Siete i benvenuti sia per le singole lezioni sia per tutto il corso.

Date del corso: giovedì 3-10-17-24 maggio
dalle ore 18 alle ore 22

40 euro la lezione tematica singola
140 euro le quattro lezioni (pagamento anticipato)
Tessera associativa 2018 dell' Associazione Ayurveda International Academy. Costo annuale 20 euro

3 maggio
benvenuta primavera - la leggerezza in cucina

10 maggio
Veg finger food - cucina delle feste

17 maggio
Ricette tricolore - La cucina vegetariana italiana

24 maggio
Esplorando i Saperi - Cucina dal mondo

Elisa Anjana Berghi: appassionata di cucina e alimentazione dalla sua infanzia, lavora come cuoca personale e come insegnante di cucina nelle ville del Chianti. Dall'età di venti anni ha iniziato la sua ricerca personale frequentando corsi di cucina energetica, ayurvedica e macrobiotica.

Giada Talin: naturapata in ayurveda specializzata in maternità e cura del bambino, vegetariana dalla nascita ha unito in maniera naturale la cucina vegetariana ai principi di alimentazione ayurvedica.