

L'Associació de Dones per la Igualtat Ermessenda de Santa Cristina d'Aro organitza:

XERRADA SOBRE CUINA SOSTENIBLE, D'APROFITAMENT I CREATIVA



A càrrec de Carmen Barreneche, cuinera i dietista

Dins el nostre macro projecte mediambiental 3R, ara us oferim aquesta nova activitat que podem posar en pràctica cadascú de nosaltres en el dia a dia.

En aquesta xerrada sobre cuina sostenible, d'aprofitament i creativa, la Carmen ens explicarà:

- Com adaptar els nostres recursos a les necessitats familiars en l'elaboració dels àpats diaris.
- Com planificar els menús per millorar la gestió en la compra i conservació dels aliments.
- Com la bona pràctica culinària de les receptes dels plats "recreats" donarà més rendiment i un toc personal als nostres cuinats quotidians.
- En definitiva, com menjar bé i de gust, gastar poc i llençar menys.

Dia i horari: divendres 21 d'octubre a les 19:00h

Lloc: Sala d'Exposicions de la Caixa de Santa Cristina d'Aro

Inscripcions: associacioermessenda@gmail.com o 667 980 085

Activitat gratuïta i oberta a tothom. Aforament limitat i, per tant, es respectarà l'ordre d'inscripció.

Ho organitza:



Associació de Dones per la Igualtat
Ermessenda
de Santa Cristina d'Aro

Hi col·labora:



Ajuntament de
Santa Cristina d'Aro