



## Snacks saludables y smoothies



1 SESIÓN (5 H.)



65 €



BONIFICABLE

### Descripción:

Te enseñaremos a preparar distintas opciones de snacks saludables, deliciosos y nutritivos. Conocerás sus propiedades y cuál puede ser su papel dentro de nuestra alimentación.

### Programa:

- Variedades de antioxidantes.
- Diferentes formas de dpear.
- Elementos de ligazón.

### Metodología:

- Las técnicas de cocina se pondrán en práctica a través de la elaboración de diferentes recetas con productos de temporada.
- Al finalizar cada clase se degustarán y evaluarán las diferentes elaboraciones realizadas.



Precio por alumno. Consulta fechas y horarios del curso en [www.mediterraneoculinary.com](http://www.mediterraneoculinary.com)