

ITALIA DONNA

IL PORTALE ITALIANO DELLE DONNE, DAL 1996 AL SERVIZIO DI TUTTE LE DONNE DEL MONDO



Teatro 7 Lab: Programma Scuola di Cucina - Settembre-Dicembre 2008

cucina italiana base

Consigliato a chi è alle prime armi ma anche per chi vuole perfezionare le proprie conoscenze. Nel corso delle 8 lezioni verranno affrontate le principali nozioni base per imparare a selezionare le materie prime, pulirle e cucinarle, verranno insegnate le tecniche e le ricette fondamentali per permettere di preparare al meglio i piatti della cucina italiana. In ogni lezione si tratterà un argomento specifico: gli antipasti, la pasta, il riso, le verdure, le uova, le carni ed il pesce e prepareremo insieme le diverse ricette del giorno che verranno degustate al termine della lezione.

cucina orientale

La cucina orientale affonda le sue radici in un'epoca precristiana quando le ricette si scrivevano sulla seta o su pezzi di bambù e le corti imperiali utilizzavano dietologi che studiavano il valore e gli effetti dei vari ingredienti. Amaro, dolce, salato, aspro e piccante, sono la base dei piatti orientali ed insieme alle spezie, erbe e piante selvatiche, funghi e prodotti del mare aumentano in maniera significativa il suo valore nutrizionale. Come sosteneva Confucio il buon cibo contribuisce ad arricchire il benessere personale, a promuovere la pace e l'armonia sociale. E' il pensiero e la missione che si trasmetterà nel corso di ogni lezione.

tecnica del taglio .

L'obiettivo è quello di farvi conoscere, saper scegliere e tagliare le carni nelle varie preparazioni, avendo la certezza di aver fatto il giusto acquisto per la buona riuscita anche delle più semplici ricette.

Ottobre

27 ottobre Tecnica del taglio: Maiale

28 ottobre Torte al Cioccolato
le torte con la t maiuscola, tutte al cioccolato

29 ottobre Cucina internazionale: Piatti Antichi Orientali
Cina – Hong Kong - Giappone

30 ottobre Cucina italiana base: Carne Bianca

Novembre

03 novembre Cucina regionale: Piemonte

Un menù di piatti selezionati dalla tradizione piemontese

04 novembre A cena con il Tartufo

interessanti presentazioni con il re della cucina pregiata

05 novembre Cucina Internazionale: Vegetariana - Indiana

06 novembre Cucina italiana base: Pesce

10 novembre Tecnica del taglio: Manzo (prima parte)

11 novembre Dolci al Cucchiaino

semifreddi, bavaresi e Co

12 novembre Cucina internazionale : Involtini Orientali

Vietnam – Cina – Singapore

13 novembre Cucina italiana base: Uova

17 novembre Tecnica del taglio: Manzo (seconda parte)

18 novembre Cucina internazionale base: Cuscus e dintorni dal cous cous ai dolci arabi passando dai falafel a dalle spezie:

Falafel, curry di ceci, cous cous con verdure, cous cous con kefta, Baklava

19 novembre Cucina internazionale: Riso d' Oriente – Thai – India

20 novembre Cucina italiana intermedia: Pesce "1"

gamberi con salsa verde, fumetto aromatico, lasagne al ragu di pesce, seppie nere all'aceto balsamico

25 novembre Doni di Natale

come preparare e presentare simpatici pensieri per Natale

26 novembre Cucina internazionale: Pesce Crudo - Nigiri - Sashimi – Maki Giappone

27 novembre Cucina italiana intermedia: Pesce "2"

torta salata con alici, cartoccio di spaghetti ai frutti di mare, rosa di salmone con puré di olive

Dicembre

02 dicembre Natale 2008: Menu Veloce
Un menu importante ma veloce per una importante serata

03 dicembre Cucina Internazionale: Antipasti e Spuntini d'Oriente Vietnam – Thai – Malesia

teatro 7|Lab
7, via Thaon di Revel
20159 Milano
ph - +39 02 8907 3719
cell - +39 331 812 1158
mail - ks@teatro7.com
web - www.teatro7.com

Fonte
Stefania Liguoro