



# Organizza il tuo menù settimanale - **ULTIMI POSTI DISPONIBILI**

INIZIO CORSO: lunedì 29 gennaio 2024

durata: 3 ore

Prezzo: **115,90 € (95,00 € + IVA)**



Cucinare può essere un grande piacere, ma se nella gestione della vita quotidiana si hanno tempi ristretti imparare a realizzare ricette sfiziose e veloci per tutta la settimana può essere di grande aiuto sia nell'organizzazione familiare, che nella vita da single. Il corso organizzato dall'Univesrità del Gusto **vi permetterà di attingere a idee originali per programmare il vostro menù settimanale, variando gli ingredienti, ottimizzando la spesa senza rinunciare al gusto della tavola.**

## Obiettivi:

Il corso intende proporre una metodologia nella preparazione di un menù settimanale, offrendo spunti per la realizzazione di ricette facili ma sfiziose che possano coniugare il gusto del mangiare sano ai ritmi frenetici della vita quotidiana.

## Contenuti:

L'organizzazione del menù settimanale: quanti pasti preparare, per quante persone, preferenze e varianti, la lista della spesa.  
Esecuzione di alcune ricette "express" a base di carne, pesce e verdure.

## Calendario

**Lunedì 29 gennaio 2024**

dalle ore 19.30 alle ore 22.30

Chiusura delle iscrizioni:

Lunedì 22 gennaio 2024

## Destinatari:

Un corso per tutti gli amanti della cucina con poco tempo a disposizione.