



O WORKSHOP VEGAN DE LISBOA

Depois do sucesso do "Workshop de Cozinha Vegan para Principiantes", A Cozinha Verde lança agora o próximo nível dos seus workshops de cozinha! Inscrições limitadas.

HEALTHY AND VEGAN FOOD A COZINHA VERDE



OS DETALHES

DATA: 7 Julho 2018, das 15h30–19h00

LOCAL: Showroom teka – Alameda dos Oceanos.02.1.1

A/B/R. Parque das Nações, Lisboa

PREÇO: 40€



SINOPSE

Neste workshop prático e informativo, A Cozinha Verde ensina a preparar deliciosas receitas vegan para o dia-a-dia. Os participantes podem contar com muitas dicas, informações nutricionais e conselhos, numa tarde divertida e saborosa, onde todos vão pôr as mãos na massa!

HEALTHY AND VEGAN FOOD A COZINHA VERDE



O PROGRAMA (1)

BOAS-VINDAS

Receção com welcome drink e snack

APRESENTAÇÃO

Abertura do evento com a autora do projeto "A Cozinha Verde"

PRÁTICA NA COZINHA

- Divisão em grupos de trabalho
- Confeção das receitas com orientação dos formadores
- Dicas e informações relevantes



O PROGRAMA (2)

FOODSTYLING & FOTOGRAFIA

- Empratamento das receitas
- Mini sessão fotográfica com dicas – para máquina ou smartphone (ver nota no final do programa)

REFEIÇÃO & CONVERSA

- Prova de todas as receitas confeccionadas
- Degustação de queijos e vinhos vegan
- Esclarecimento de dúvidas

INCLUI

- Workbook com as receitas
- Material necessário
- Oferta de participação



O MENU

(Receitas VEGAN, sem açúcar e a maioria sem glúten. Recomendamos o aviso prévio em caso de alergia ou intolerância alimentar)

SÓLIDOS

- Dip de batata-doce e grão
- Palitos de vegetais (raw)
- Tofu Primavera com citrinos e biovivos
- Creme de lentilhas com coentros
- Quiche de cogumelos e espinafres
- Bolo de cenoura e especiarias
- Tarteletes de manga (raw)

HEALTHY AND VEGAN FOOD A COZINHA VERDE



O MENU

LÍQUIDOS

- Leite dourado
- Chás gelados com fruta
- Vinhos "João Pato aka Duckman"

EXTRAS

- Pães de fermentação natural
- Queijos "Violife"
- Snacks "Iswari"

HEALTHY AND VEGAN FOOD A COZINHA VERDE



Sê a mudança que queres ver no Mundo.

MAHATMA GANDHI

NOTAS

1. O menu pode estar sujeito a alterações.
2. A sessão fotográfica não tem carácter profissional.
3. Participação sujeita a verificação de disponibilidade e confirmada após pagamento por transferência bancária e envio do comprovativo. 50% do valor corresponde à reserva do lugar e não será restituído em caso de desistência. Em caso de cancelamento até aos 3 dias que antecedem o evento, o valor remanescente fica disponível como crédito para utilizar num workshop, válido por 3 meses.