



<b>NOMBRE DEL TALLER:</b> <i>COCINA EQUILIBRADA</i>	
<b>HORARIO:</b> * Jueves de 17:00 a 21:00 h	<b>NIVEL:</b> <i>Iniciación</i>
<b>LUGAR DE REALIZACIÓN:</b> <i>C.C. PILAR MIRÓ</i>	
<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>Aprender a diseñar platos equilibrados combinando diferentes grupos de alimentos, para desarrollar una cocina rica y sana.</i></li></ul>	
<b>METODOLOGÍA:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>Combinar la teoría dada por el monitor, con su puesta en práctica bajo la dirección del monitor de la misma. Terminaremos degustando entre todas nuestras creaciones.</i></li></ul>	
<b>¿QUÉ VAMOS A APRENDER/MEJORAR?:</b> <b><u>Aprenderemos:</u></b> <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>Diseñar un plato equilibrado combinando diferentes grupos de alimentos.</i></li><li>- <i>Desenvolvemos en la cocina con destreza.</i></li><li>- <i>Diferentes técnicas de cocinado de los alimentos.</i></li><li>- <i>Cocina sana y deliciosa.</i></li><li>- <i>Disfrutar de la gastronomía y compartir la experiencia.</i></li></ul>	
<b>INDUMENTARIA PROPUESTA:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>Unos mandiles.</i></li></ul>	
<b>MATERIAL QUE SE PUEDE NECESITAR DURANTE EL CURSO:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>Los ingredientes necesarios para la elaboración de nuestras recetas y el material de uso personal.</i></li></ul>	
<b>MATERIAL QUE EL CENTRO PROPORCIONA:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>La cocina y su equipamiento, así como los materiales de uso común genéricos.</i></li><li>- <i>Los ingredientes para la primera clase.</i></li></ul>	