



rurania
associació naturista vegetariana

TALLER DE ELABORACIÓN DE PAN, PIZZAS Y BOLLERIA ECOLÓGICA

por Jesús Muru

(Maestro panadero con 30 años de experiencia en panificación ecológica)

Silvia Beltrán

(Bióloga. Monitora de cocina ecológica)



Sábado 6 de junio de 2010

Can Gregori

Maçanet de la Selva

continuar >

Taller de elaboración de pan, pizzas y bollería ecológica

El pan es uno de los alimentos básicos de nuestra dieta. En los últimos tiempos su elaboración ha sido muy adulterada. Con este curso se pretende recuperar la forma tradicional de hacer pan en casa empezando desde la levadura madre.

La bollería está elaborada mayoritariamente con harina de espelta y con licuado de avena para evitar la cada vez mayor intolerancia a la lactosa

PROGRAMA

- Elaboración de levadura madre.
- Elaboración de diferentes tipos de pan (de espelta, de cereales, tipo molde...), pasteles dulces y salados, pizzas y madalenas.

El curso se inicia a las 10 h y finaliza a la 19 h.

El precio es de **90€**.

Incluye comida y tentempié a media mañana y a media tarde.

Fecha límite de inscripción el 4 de junio de 2010.

Información e inscripciones:

Por teléfono: Tel. 972 858 474 (Carmen)

Por correo electrónico:

1. Enviar un correo electrónico a associaciovegetariana@rurania.org indicando vuestro nombre, apellidos y solicitando plaza en el taller
2. Mientras haya plazas disponibles os enviaremos por correo electrónico la conformidad para que ingreséis los 90 € en la cuenta que ya os indicaremos en dicho correo.

Sobre todo, cuando hagáis el ingreso no olvidéis poner vuestro nombre completo y el concepto “Taller de pan”.



PRÓXIMOS CURSOS EN RURANIA

JUNIO

TALLER DE HORTICULTURA ECOLÓGICA

por Santi Soto
(El Vergel de las Hadas)

Sábado 19 y domingo 20

JULIO/AGOSTO

SEMANA VACACIONES CREATIVAS EN RURANIA

Del 25 al 28 de julio y del 28 al 1 de agosto

SEPTIEMBRE

TALLER “AL HILO DEL TAI CHI”

INTRODUCCIÓN AL TAI CHI COMO INSTRUMENTO DE CRECIMIENTO PERSONAL

Angel Calvo
www.arc-taichi.com

Sábado 18 y domingo 19

OCTUBRE

TALLER DE CONSERVAS

por Adalú Pereira y Santi Soto
(El Vergel de las Hadas)

Sábado 2

TALLER DE REMEDIOS CASEROS

por Xavier Uriarte
(médico naturista)

Sábado 16

