

Master of Food

Il gusto di saperne *ancora* di più



Tecniche di Cucina

Lunedì 9-16-23-30 Marzo 2015
ore 20:00

nei nuovi laboratori di cucina

Presso **Accademia Formativa Martesana**
Piazza Papa Giovanni XXIII, 12 - Gorgonzola

Termine iscrizioni
20 febbraio 2015.

Per confermare l'iscrizione è necessario versare una caparra di 50 euro (che non sarà restituita in caso di rinuncia)

Informazioni e prenotazioni:

Slow Food
Gorgonzola-Martesana
Angelo 340 7665929
master@slowfoodgorgonzola.it

Accademia Formativa
Martesana
Tel. 02 9516591
info@afmg.it

Saper cucinare è un'arte e farlo bene è tutt'altro che facile: se quando siete in casa non riuscite ad andare al di là di un piatto di spaghetti scotti ma sentite la necessità di qualcosa di più e di meglio, ma anche se avete già il sacro fuoco della passione e intendete perfezionarvi, ecco un corso che fa per voi: **4 lezioni tematiche (ortofrutta, cereali e legumi, carne, pesce) per acquisire le conoscenze teoriche e pratiche basilari per lavorare ai fornelli.** Le lezioni spaziano dall'utilizzo dell'utensileria alle principali tecniche di cottura, dai metodi di conservazione degli alimenti alle salse e ai fondi di cottura.

Docente del corso: Massimo Casirati

Quota di partecipazione: 200 Euro (180 Euro per i soci giovani - fino a 30 anni); la quota comprende l'iscrizione all'Accademia Formativa e copertura assicurativa, materiale didattico (Dispensa di Tecniche di cucina, Ricettario, Quaderno appunti e Grembiule).

Numero massimo di iscritti: 15.

La partecipazione al corso è riservata ai soci Slow Food: è possibile associarsi direttamente all'inizio della prima lezione al costo di € 25,00, € 10,00 fino a 30 anni.



**ACCADEMIA
FORMATIVA
MARTESANA**
Città di Gorgonzola



Slow Food®
Gorgonzola - Martesana

Master of Food

Il gusto di saperne *ancora* di più



ACCADEMIA
FORMATIVA
MARTESANA

Città di Gorgonzola



Slow Food*

Gorgonzola - Martesana

Tecniche di Cucina

Saper cucinare è un'arte che richiede costanza, fantasia e applicazione; farlo bene è tutt'altro che facile! Se quando siete in casa non riuscite ad andare al di là di un piatto di spaghetti scotti, ma sentite la necessità di qualcosa di più e di meglio, ma anche se avete già il sacro fuoco della passione e intendete perfezionarvi, ecco un corso che fa per voi: un ciclo di 4 incontri per acquisire le conoscenze teorico-pratiche basilari per lavorare ai fornelli. Le lezioni trattano vari argomenti: dall'utilizzo dell'utensileria alle principali tecniche di cottura, dai metodi di conservazione degli alimenti alle salse e ai fondi di cottura.

9 marzo 2015

Prima Lezione: L'ortofrutta

- Scegliere e acquistare gli ortaggi secondo il criterio del Buono, Pulito Giusto.
- Scegliere e usare i coltelli e attrezzi per affettare, tagliare, grattugiare, tritare, tornire ortaggi e frutta.
- La cucina del recupero: utilizzo degli scarti di lavorazione degli ortaggi per la realizzazione di salse e vellutate.
- L'evoluzione dal crudo al cotto e il ritorno del crudo.
- Tecniche di cottura: al salto, brasare, bollire, sbianchire

16 marzo 2015

Seconda Lezione: I cereali e legumi

- Caratteristiche delle varie tipologie di cereali e loro utilizzazione gastronomica.
- La pasta nella tradizione casalinga, artigianale e industriale (con realizzazione della pasta fresca).
- Il riso: coltivazione, varietà, caratteristiche, qualità e tecnica di cottura pilaf (realizzazione) e preparazione di un risotto mantecato.

23 marzo 2015

Terza Lezione: La carne

- Criteri di acquisto delle carni, tecniche di base del disossare.
- Tecniche per la realizzazione di salse ed emulsioni.
- Tecniche di cottura: rosolare, arrosto morto, brasare, sobbollire, al salto
- Come conservare gli alimenti dopo la cottura, utilizzo di pentole e attrezzi.

30 marzo 2015

Quarta Lezione: Il pesce

- La scelta e l'acquisto dei pesci, utilizzazione anche delle specie povere e rispetto delle specie in pericolo di estinzione.
- Il pesce allevato: opportunità e problematiche.
- Pulizia e filettatura dei pesci e utilizzo degli scarti.
- Caratteristiche e comportamenti in cottura dei molluschi.
- Tecnica di cottura: friggere, brasare, lessare, sobbollire (pochés).
- Tecniche di conservazione del pesce fresco.

Durante ogni lezione verranno realizzate tre ricette che saranno degustate.