

Estimados alumnos:

Tras mucho tiempo, os hacemos llegar el nuevo curso en **Cocina Vegana que vamos a impartir este mes de noviembre.**

Es el **primer Master Vegano** que se va a impartir en España y damos la facilidad de hacer el Master completo o de asistir solo a las clases que nos puedan interesar.

Se os detalla el programa del curso y los precios en función del número de clases a escoger.

Los profesores son Prabhu Sukh(www.prabhusukh.es) y Elena Zulueta.

Será de 9.00 a 14.00 todos los días, de lunes a viernes, pudiendo venir todo el mes(en este caso se dará un diploma acreditativo) o a las clases sueltas que más puedan interesar.

Esperamos que os sea de utilidad, dada la gran demanda que existe actualmente en comida vegana sin tóxicos y sin químicos.

Si alguno no desea recibir más mensajes, por favor, nos lo comunica para darle de baja en nuestra base de datos.

MASTER VEGANO COMPLETO, 2500€
8 CLASES CON PRABHU SUKH 1000€
4 CLASES CON PRABHU SUKH 600€
CLASES SUeltas 200€ O 250€ (LA DE QUESOS)

LUNES 5 FERMENTOS 200€

- 1.1. REJUVELAC
- 1.2. AGUA DE KEFIR
- 1.3. TE KOMBUCHA
- 1.4. JUN
- 1.5. CERVEZA DE JENGIBRE
- 1.6. KIMCHEE
- 1.7. CHOCRUT CON SAL
- 1.8. PICKELS DE CEBOLLA

6,7,8,9 NOVIEMBRE: 4 clases con Prabhu Sukh 600€

Día 1:

- VERDURAS
 - TARTAR DE REMOLACHA CON HELADO DE MOSTAZA VERDE
 - SUNOMOMO
 - VERDURAS EN ESCABECHE DE CITRICOS
 - CEVICHE DE VERDURAS CON CHIPS VEGETALES
 - CREMA DE CALABAZA, COCO Y AIRE DE NARANJA

Día 2:

- SALSAS
 - SOFRITO BASE CON GOCHU, HARISSA...
 - MAYONESA MADRE
 - ESCABECHE CÍTRICO
 - MERY DE ÑORA
 - KETCHUP
 - CREMOSO DE PIPAS
 - CREMOSO DE REMOLACHA
 - CREMOSO DE ANACARDOS
 - MOJO CANARIO(El de Veggie Penguin)
 - SALSA DE RAGOUTS
 - PESTO DE PISTACHOS
 - LECHE DE TIGRE
 - WANCAINA
 - SUNOMOMO
 - SALSA PONZU DE CÚRCUMA

Día 3:

- CALDOS / FONDOS
 - CALDO CLARO
 - DASHI
 - CONSOMÉ VEGETAL A BAJA TEMPERATURA
 - CALDO CLARO DE SHIITAKES
 - CALDO OSCURO
 - DEMI-GLACÉ VEGETAL
 - CALDO DE SETAS CON CONFITADO

Día 4:

- ALGAS
 - PAN DE ALGAS SIN GLUTEN
 - TARTAR DE ALGAS
 - ALCACHOFAS CONFITADAS CON ALGAS EN TEXTURAS
 - TOMATE SEMI-SECO CON CREMA DE ALGAS Y ALGAS
 - TORTILLA SIN CAMARONES AL ESTILO HINDÚ
 - IMPREGNACIONES CON MICRO-ALGAS (Ficocinina)

12 NOVIEMBRE PLATOS CRUDIVEGANOS 200€

CARPACCIO DE REMOLACHA

CREMA DE CALABACIN

CREPES DE CACAO O ALGARROBA

CREPES DE LINO Y CHIA

PAN CRUJIENTE

CREPES EN ROLLO CON CALABAZA Y MANZANA

MINI TARTAS DE ZANAHORIA, NARANJAS Y COCO

13 NOVIEMBRE QUESOS: 250€

QUESO MOZZARELLA DE SOJA (con tofu, yogur y agar-agar)
QUESO MOZZARELLA PARA DERRETIR (con leche de almendras y Kappa)
QUESO TIPO MOZZARELLA DE BÚFALA (con Rejuvelac y agar-agar)
QUESO PARA RALLAR
QUESO ROQUEFORT
QUESO BRIE
QUESO CAMEMBERT
QUESO DERRETIBLE
QUESO RULO

14 DE NOVIEMBRE FONDOS Y FERMENTOS 200€

FONDO VEGETAL RUBIO
FONDO DE VERDURAS
FONDOS VARIOS
FERMENTO THEMPEH
FERMENTO TOFU
INICIO DE LA HIERBA DE TRIGO

15 Y 16 DE NOVIEMBRE MASAS 400€

MASA DE CAÑITAS CON ALMENDRAS
MASA CRUMBLE CON MANZANAS O PERAS
MASA DE PIZZA CON ALMENDRAS
MASA DE PIZZA CON QUINOA
MASA DE COCA DE TRIGO SARRACENO CON MOZZARELLA
MASA DE COLINES CON SEMILLAS
MASA FALAFEL
MASA DE FATAYER VEGETALES
MASA DE QUICHE CON TOFU Y VERDURAS

19 DE NOVIEMBRE PANES 200€

PAN CRUJIENTE CRUDIVEGANO
PAN DE AVENA Y CALABAZA
PAN DE ESPELTA
PAN SIN GLUTEN
PAN DE PLATANO
PAN DE SEITÁN
PAN NAAN DE AJO Y CILANTRO

20,21,22 Y 23 DE NOVIEMBRE

clases con prabhu Sukh.

PROTEÍNAS VEGETALES, TODAS

CEREALES Y PSEUDOCEREALES, TODO LO QUE HAY QUE SABER

LEGUMBRES Y OTROS PLATOS

HELADOS Y POSTRES

26 DE NOVIEMBRE PATÉS, HUMMUS Y POSTRES 200€

PATÉ DE LENTEJAS Y SETAS CON MISO

HUMMUS DE REMOLACHA

PATÉ LABNEH VEGANO

FLAN DE CHOCOLATE

FLAN DE VAINILLA

TARTA DE ZANAHORIA Y COCO

TARTA HELADA DE QUINOA Y AZAHAR

27 DE NOVIEMBRE SIN GLUTEN 200€

BROWNIES

ÑOQUIS DE CALABAZA

PAN DE SEMILLAS

PASTA BRISA(con polenta, garbanzos y soja)

PASTA BRISA CON ESPELTA (Espelta, aceite y agua)

QUICHE DE PUERROS

28 DE NOVIEMBRE: DESHIDRATADOS Y FALSOS HUEVOS 200€

DESHIDRATADOS

PAN DE NUECES CON ACEITUNAS

RODAJAS DE PAN DULCE

CRACKERS DE TOMATE

FALSOS HUEVOS

SUSTITUTOS DEL HUEVO

TORTITAS INTEGRALES CON VAINILLA(LINO)

MAGDALENAS DE NARANJA CON PEPITAS DE CHOCOLATE(PLÁTANO)

TORTILLA DE PATATAS

29 NOVIEMBRE VARIOS 200€

MARGARINA VEGANA CON ACEITE DE COCO

RISSOTO DE MORINGA Y SETAS

SEITÁN

AQUAFABA

FIDEOS CON CURRY ROJO

MANTEQUILLA VEGANA

30 DE NOVIEMBRE VARIOS 200€

HAMBURGUESAS DE TRIGO SARRACENO
HIERBA DE TRIGO CASERA
SEITÁN RELLENO
SUSHI DE SALMÓN VEGETAL CON TOMATE
TERRINA DE TOMATE