

18/08/2022

AL CASAL

A l e s 2 0 : 0 0 h

● TALLER DE CREPS SALUDABLES ●

## ELS TORMS

La crep pot formar part dins d'una alimentació saludable,  
sempre i quan en siguem conscients i l'elaborem amb productes saludables.

Amb la realització d'aquest taller es pretén donar alternatives a les tradicionals creps  
dolces (com per exemple les de xocolata) o a les salades (com clàssiques  
de pernil dolç i formatge).

El taller està estructurat de la següent forma:

1. Presentació de les diferents opcions per elaborar creps, amb diferents farines del mercat, tenint en compte els nutrients i al·lèrgens de cada una.
2. Conèixer els millors moments del dia, per introduir la crep dins d'una alimentació saludable.
3. Demostració i presentació de les bases elaborades amb diferents farines.
4. Elaboració (per part de cada assistent) de creps dolces i fusionades, per tal d'assaborir diferents cultures gastronòmiques dins d'una crep (japonesa, mexicana, italiana).

Impartit per:

M. del Mar Vidal, dietista-nutricionista del Centre VICUS

Araceli Garcia, cuinera i responsable de l'empresa de càtering "La Cuina de l'Araceli"



Us podeu apuntar a  
l'Ajuntament fins el  
dia 12.

El preu és de 3€/  
persona i es pagarà  
el mateix dia.

Organitza:



AJUNTAMENT DELS TORMS