

---

**CÀPSULES DE CUINA****N**

\*Cal portar un davantal i dues carmanyoles

---

**CROQUETES**

---

**DEL 4 A L'11 D'ABRIL**

Dijous de 17.15 a 19.15 h

Preu: 19,89 € + 6 € de material

Places màximes: 12

Professional: Aina Mir

---

Aprendrem a fer la base de les croquetes i moltes de les seves variants. En farem de pollastre, bolets, formatge blau amb pera i nous, pernil salat i fins i tot la variant japonesa de la croqueta amb gambes o croquetes de xocolata!

---

**CUINA AMB ESPÈCIES**

---

**DEL 9 AL 23 DE MAIG**

Dijous de 19.30 a 21.30 h

Preu: 29,84 € + 9 € de material

Places màximes: 12

Professional: Aina Mir

---

Aprendrem a fer els plats típics, tant d'aquí com de la resta del món, però amb un punt en comú: l'ús de les espècies. Deliciosos estofats amb atrevides mescles de carns amb fruita seca i fruita dolça, peixos i moltes espècies. També endolcirem la tarda amb postres especiades.

---

**CUINA FÀCIL DE PRIMAVERA**

---

**DEL 4 D'ABRIL AL 2 DE MAIG**

Dijous de 19.30 a 21.30 h

Preu: 39,78 € + 12 € de material

Places màximes: 12

Professional: Aina Mir

---

La primavera ens arriba plena de productes deliciosos, i nosaltres aprendrem a cuinar-los tant per fer salats com dolços. Traurem profit de les faves i els pèsols, la patata novella, els espàrrecs verds, les cebes i els alls tendres i fins i tot d'alguna de les fruites, com les maduixes, els albercocs i les cireres! Tant rostides com estofades, com per acompanyar qualsevol carn o peix, i fins i tot cremes calentes i fredes.

---

**CUINA DEL MÓN**

---

**DEL 24 D'ABRIL AL 15 DE MAIG**

Dimecres de 17 a 19 h

Preu: 29,84 € + 9 € de material

Places màximes: 12

Professional: Aina Mir

---

Si us agraden els menjars diferents i exòtics i voleu aprendre a cuinar plats dels diferents continents, en aquest curs aprendreu a elaborar plats del Marroc, Tailàndia, França, el Brasil i Austràlia, entre molts altres indrets. Farem plats típics de cada zona, fàcils i gustosos.

---

---

**COQUES DE SANT JOAN**

---

**DEL 22 AL 29 DE MAIG**

Dimecres de 17 a 19 h

Preu: 19,89 € + 6 € de material

Places màximes: 12

Professional: Aina Mir

---

En aquest intensiu aprendrem a fer la coca de sant Joan, de brioiix amb fruites o crema, les de llardons, la d'albercocs de Mallorca i alguna sorpresa...

---

---

**SOPARS EN UN MOMENT**

---

**DEL 5 AL 19 DE JUNY**

Dimecres de 17 a 19 h

Preu: 29,84 € + 9 € de material

Places màximes: 12

Professional: Aina Mir

---

Avui en dia cada vegada tenim menys temps per cuinar, però això no vol dir que no puguem menjar bé. En aquest curs aprendrem a fer sopars senzills amb els

---

quals renovarem el nostre repertori. Farem plats de poca elaboració, frescos i apetitosos. No oblidarem acabar l'àpat amb unes postres refrescants, també.

---

---

**TÀRTARS I CARPACCIOS**

---

**DEL 13 AL 20 DE JUNY**

Dijous de 19.30 a 21.30 h

Preu: 19,89 € + 7 € de material

Places màximes: 12

Professional: Aina Mir

---

Ara que ve la primavera, ja podem començar a gaudir de menjars lleugers i frescos. Per això et proposem aquest curs en el qual aprendrem a fer carpaccios i tàrtars, tant de carn com de peix o verdures!

---

---

**CUINA VEGETARIANA PER A NO VEGETARIANS (ECO)**

---

**DEL 29 D'ABRIL AL 13 DE MAIG**

Dilluns de 19.30 a 21.30 h

Preu: 29,84 € + 10 de material

Places màximes: 12

Professional: Maria Alcolado, dietista i re-educadora alimentària.

---

Amb la Maria veurem com és possible seguir una alimentació saludable i rica en nutrients basada només en aliments vegetals. Tots els ingredients seran de temporada, de proximitat i ecològics.

---