

Методический семинар - студия Веста



Красноярск, Россия

Студия « Веста »

Информационно-методический семинар, 4-и занятия по 3-и часа.

Женский клуб «Преображение» приглашает Вас на семинар, посвященный вопросам выбора безопасных продуктов питания и правильного их приготовления.

Секреты домашней кухни

Автор и ведущий, один из лучших поваров г. Красноярска. Реверчук Александр Васильевич, зав. производством, бронзовый призер 2009 года и золотой призер 2010 года, конкурсов «Лучший повар» сибирского региона.

1. Мотивация продуктовой корзины или как нас могут обмануть магазины.

— Планирование продуктовой корзины на неделю, для дома, для праздника.

— Психология и маркетинг магазина, как мы попадаем на их уловки.

Как экономят на нас магазины.

Что говорит этикетка(гмо, био, сертификат, качественное удостоверение продуктов).

Свеж ли продукт как определить?

Что нежелательно покупать в магазине и почему.

Лишний сахар и соль в продуктах как их скрывает производитель.

2. Готовим дома.

Что такое сезонность блюд, для чего она нужна.

Перед тем как готовить что нужно знать.

Основы варки, тушения, жарения.

Специи.

Посуда и необходимый инвентарь.

3. Гармония в еде или что такое «тушеная говядина с мороженым». Минусы быстрого питания.

К чему приводит фастфуд.

Каждому возрасту свой продукт.

Сочетаемость продуктов.

Кушаем на торжествах, без особого вреда для здоровья.

4. Готовим вкусно и быстро за 30-минут.

Супчики за 15 минут

Заправки и соуса на все случаи жизни

Жарим на огне, подаем с огоньком.

Украшаем блюдо с юмором.

Пицца дома без особых хлопот.

Запись по телефонам 271-60-99, 214-61-35

Цена: **3 000 руб.**

Тип объявления:
Услуги, предлагаю

Торг: --

Федоров Николай

214-61-35