



## Taller de Postres fáciles y resultones

En este taller se ofrece a las/los participantes formación para conocer trucos, fundamentos y nociones de aprovechamiento de los alimentos para una cocina de postres caseros fácil y sostenible.

**Duración:** 12 horas

**Fechas:** 10 y 11 de marzo, sábado de 10 a 18h y domingo de 10 a 14 h.

**Lugar de celebración:** Centro de Formación 1º de Mayo (C/ Química nº 1 Leganés)

**Gratuito**

**Requisitos:**

- Residir, estudiar o trabajar en Leganés
- Tener entre 16 y 35 años.

**Programa:**

- Manipulación y elaboración de alimentos de manera sencilla y atractiva.
- Beneficios y perjuicios del consumo de postres caseros.
- Creatividad para la creación de postres resultones.
- Dieta Mediterránea
- Inclusión saludable de los postres en los menús diarios, semanales y mensuales.

**Actividades:**

- Selección y compra de productos en el mercado.
- Elaboración de postres sencillos.

**Más información:**

**Centro Dejóvenes, Plaza de España nº 1**

**Leganés**

[www.leganes.org/dejovenes](http://www.leganes.org/dejovenes)

[empleo.dj@leganes.org](mailto:empleo.dj@leganes.org)

**Teléfono: 91 2489333**

\*\*\*\*\*Los socios y socias del Club Dejóvenes que participen en esta actividad acumularán puntos para canjear gratis por regalos