



Taller de Cocina Vegana

En este taller se ofrece a las/los participantes formación y asesoramiento en todo lo relacionado con la alimentación en ausencia de ingredientes relacionados con el mundo animal.

Duración: 12 horas

Fechas: 17 y 18 de noviembre, 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 saludable.
- Beneficios y perjuicios de la alimentación vegana.
- Creatividad para la creación de menús atractivos y saludables.
- Creación de menús diarios, semanales y mensuales.

Actividades:

- Selección y compra de productos en el mercado.
- Elaboración de su propio menú de desayuno, comida y cena.
- Elaboración de platos sencillos, e inventarán sus propios platos.

Más información:

Centro Dejóvenes, Plaza de España nº 1

Leganés

www.leganes.org/dejovenes

empleo.dj@leganes.org

Teléfono: 91 2489333