

L'ART DE LES CONSERVES

Com conservar els excedents de l'hort i planificar la cuina d'una manera saludable

DATES: dilluns 29 d'octubre i 5 de novembre del 2012

HORARI: de 16 a 20 h. Si hi ha prou demanda, s'obrirà un altre grup pel matí o en un altre horari.

LLOC: Centre de Capacitació Agrària de Manresa - Av. Universitària 4 -6 (edifici FUB).

INSCRIPCIONS a través del web www.associaciolera.org o bé de l'enllaç >>

FORMA DE PAGAMENT: ingrés al número de compte 2059 0696 35 8000058744 de l'entitat bancària Unnim.

PREUS I DESCOMPTES

Pagament avançat* fins el dia 22/10/2012		Pagament després del dia 22/10/2012	
Preu curs	Preu per a persones sòcies, aturades o menors de 25 anys (-10%)**	Preu curs	Preu per a persones sòcies, aturades o menors de 25 anys (-10%)**
58,00€	52,20€	63,80€	57,42€

*Si fas el pagament set dies abans de l'inici del curs, pagaràs un 10% menys.
** Cal portar la targeta d'inscripció al Servei Català d'Ocupació / Portar DNI.

A TENIR EN COMPTE:

Si per alguna causa s'hagués de suspendre el curs, els diners avançats podran romandre com a reserva per a la inscripció d'algun altre curs, o ser retornats per la via que s'acordi.

Si és la persona inscrita la que no pot assistir a l'activitat per alguna causa, es retornaran els diners avançats, menys 3€ de despeses de gestió.

MÉS INFORMACIÓ I CONSULTES al telèfon 938 787 035 o bé a neus@associaciolera.org

Programa a la pàgina següent >

Aquest curs és una proposta de:



DESCRIPCIÓ DEL TALLER:

A partir d'un excedent de l'hort o del mercat podem iniciar-nos en el món de les conserves. Si a més a més ens animem a crear alguna recepta, la conserva es converteix en art.

Pensar en el que necessitem per menjar i aprendre a elaborar conserves preparades per consumir més endavant, ens ajudarà a organitzar-nos millor a la cuina i disposar d'una manera fàcil i ràpida de plats preparats.

Als tallers es presentarà el món de les conserves de fruites, verdures, llegums, bolets, etcètera i les seves diferents metodologies. També s'introduirà la conservació dels aliments per deshidratació a través de l'assecatge solar.

PROGRAMA:

1a sessió: 29/10/12

Conserves a partir dels excedents de l'hort: dolces, salades, fermentats làctics,...

Els diferents mètodes: el bany maria, l'autoclau, el buit.

2a sessió: 05/11/12

Les conserves dels llegums o com planificar la cuina diària.

Conserves solars.

Conservació a partir de la deshidratació de fruites i hortalisses amb l'assegador solar.

Professorat:

Nuri Morral, formadora en cuina ecològica i solar en el programa "Cuina per la Terra" de la Fundació Terra.

Noè Mas, professor d'energies renovables.