



**AZAFRÁN**

taller de cocina



*Comida*  
**Saludable**  
Cocina para adultos

¡Aprende a comer saludable, rico y sin culpas!

Un taller de cocina para educarnos y aprender cómo llevar una mejor alimentación.  
Nunca hubieras imaginado que preparar deliciosas entradas, fondos y postres de manera  
saludable y sin culpas.



## Nuestros talleres

Nuestros talleres son 100% participativos y dinámicos, tendrás la oportunidad de conocer nuevas personas, compartir y disfrutar de nuestra cultura gastronómica en un ambiente cálido y preparado. Serás guiado por nuestros chefs egresados de "Le Cordon Bleu" durante las 2 horas y media del taller. Recuerda que tenemos talleres todos los días y pueden personalizarse según tus necesidades.

### Recetas:

#### Taller práctico 1: GRATINADO SALUDABLE

- Alcachofa rellena y gratinada
- Espinaca salteada y escalfado de huevo, salsa mornay

#### Taller práctico 2: Alimentación energética

- Paella de trigo multivegetal
- Ensalada pizza

#### Taller práctico 3: Alimentación integral

- Raout de setas
- Quiche de harina integral de poro y champiñones

### Información:

Nombre del taller: Comida Saludable

Horario: 07:00 a 09:45 pm

#### REQUISITOS

Ficha de postulante adjunta en este correo.

Una (1) copia del documento nacional de identidad (DNI).

Una (1) copia del pasaporte vigente (solo extranjeros).

#### INVERSIÓN

1 Taller práctico	S/ 133.00
3 Talleres prácticos	S/ 400.00

\* Al inscribirte a las 3 demos tendrás un descuento del 10% del total del curso.

\* Las recetas están sujetas a cambios.



Dirección: Calle General Iglesias 330 - Miraflores  
Teléfonos: 445 - 4838 / 995941160  
correo: info@azafrantaller.com

Para reservar hacer la confirmación vía correo y hacer el adelanto a la cuenta corriente soles

#### **CUENTA CORRIENTE SOLES BCP:**

Boreal Industria Alimentaria S.A.C.

Nº: 193-2135129058

CCI: 00219300213512905816.