

# COTTO E RICOTTO

**unicoop**  
firenze

Sezioni Soci Coop Val di Serchio Versilia



IL CORSO SARA TENUTO DALLO GHEF,  
MAESTRO DI CUCINA,

*Antonella Ciello*

E AVRA' LUOGO NEI LOCALI E NELLA  
CUCINA DEL CIRCOLO ARCI DI MIGLIARINO  
NEI SEGUENTI GIORNI 5/12/19/26/ MARZO  
DALLE ORE 20,30 PER UN COSTO  
COMPLESSIVO DI 30€

*Per prenotazioni ed ulteriori informazioni  
rivolgersi al punto soci COOP di Vecchiano,  
Arena Metato, Torre del Lago , oppure  
telefonare al 3284243508*

L'intera somma versata dai partecipanti  
verrà devoluta alla



FONDAZIONE  
IL CUORE SI SCIOGLE  
ONLUS

## Corso di cucina intelligente

(Come preparare piatti nuovi senza sprechi)

Lezione 1

### **DANE AL DANE...**

Il pane, i suoi molteplici usi e riutilizzi, un bene di prima necessità che in casa non manca mai e avanza sempre

**DOLPETTE DI DANE**

**TORTA DOLCE DI DANE**

*(ed altre ricette...)*

Lezione 2

### **PASTA E BASTA!**

La pasta, alimento principale della cucina italiana che spesso resta sulle nostre tavole

**TIMBALLINO DI RISO O PASTA**

**FRITTELLE DI RISO**

*(ed altre ricette...)*

Lezione 3

### **FORMAGGIO E VERDURA A CHIUSURA...**

Il formaggio insieme alle verdure sono alimenti che si trovano spesso nel cassetto del frigorifero... spesso dimenticati

**SOUFFLE' O PLUM CAKE AL FORMAGGIO**

**TORTA "RICICLONA"**

*(ed altre ricette...)*

A conclusione del corso

### **TUTTI A TAVOLA!**

Gli allievi guidati dal docente prepareranno una gustosa cena per parenti e amici proponendo alcune delle pietanze elaborate durante il corso