



**Programma dei corsi**  
2020 – 2021

**CUOCO OLISTICO - I ANNO**  
**Professione Cuoco**

<p><b>MODULO A</b> <b>Corso teorico (4 lezioni)</b> con Martin Halsey <b>CORSO ONLINE</b></p>	<p>SCIENZA E NUTRIZIONE I SCIENZA E NUTRIZIONE II ENERGIA DEL CIBO I ENERGIA DEL CIBO II</p>
<p><b>MODULO B</b> <b>Corso base di cucina in presenza</b> In 2 giornate (ore 10:30 - 14:30)</p>	<p>IN DUE GIORNATE: <b>SAB 3 e DOM 4 Ottobre 2020 – Elena Losi</b></p>
<p><b>MODULO C</b> <b>in presenza</b></p> <p><b>in presenza</b></p> <p>Ore 10:30 – 14:30 Pubblichiamo il calendario in 2 parti a causa della complessità della situazione attuale Covid: 1 parte 2020 – 2 parte 2021</p> <p>Approfondimento (16 giornate) Le date non presenti si svolgeranno nel 2021</p> <p><b>in presenza</b></p>	<p>ALGHE E TOFU: AUTOPRODUZIONE: (Seitan, tofu, tempeh e altro)</p> <p><b>BUFFET DI NATALE: 13/12 Anna Bonfanti</b> BUFFET DI PASQUA:</p> <p><b>COLAZIONI E DOLCI A CUCCHIAIO: 25/10 – Laura Castoldi</b> <b>CUCINA PER BAMBINI I: (prima infanzia e svezzamento fino a 3 anni):</b> <b>28/11 – Marco Bo</b> <b>CUCINA PER BAMBINI II: (scuola primaria, mensa, merende fino 12 a</b> <b>anni):29/11 – Marco Bo</b></p> <p><b>DESSERT AL FORNO: 31/10 Elena Losi</b> <b>FRIGGERE IN MODO SALUTARE: 5/12 Marco Bo</b> <b>LE VERDURE FERMENTATE: 6/12 Marco Bo</b> LE PROTEINE VEGETALI: SEITAN E TEMPEH:</p> <p>PANE, PIZZA E FOCACCE I: PANE, PIZZA E FOCACCE II: <b>PAUSA PRANZO, PIC NIC E MERENDE: 1/11 Elena Losi</b> <b>PIATTI DIMAGRANTI: 11/10 Laura Castoldi</b> PIATTI SENZA GLUTINE:</p>
<p><b>ESAME FINALE</b> <b>Pratica e teoria</b></p>	<p>Da concordare con la segreteria a fine percorso, salvo nuove ulteriori disposizioni.</p>

PARTECIPANTI MAX 15 – I CORSI IN PRESENZA SI SVOLGERANNO TUTTI RISPETTANDO LE MISURE DI PREVENZIONE E CONTENIMENTO COVID-19  
CORSI ON LINE SONO FRUIBILI IN QUALSIASI MOMENTO. I corsi sono garantiti con un numero minimo di 10 partecipanti come da regolamento

Scuola di cucina e terapia alimentare riconosciuta dalla **Regione Lombardia** n. di iscr.742 del 19/12/2012. Accreditata all'elenco nazionale **S.I.A.F.** per l'inserimento dei propri studenti nei registri di attestazione professionale degli Operatori Olistici (Codice SC 210/15).

