

Programas de
Educación Continua

Curso
Green Cuisine:
Cocina Sana
Modalidad Online



INSTITUTO
LE CORDON BLEU®
PERÚ



¡Disfruta un estilo de vida saludable a través de la alimentación!

Una alimentación saludable debe ser balanceada y aportar los nutrientes que el organismo necesita, es por ello que hemos diseñado este curso donde te enseñaremos a preparar creativas y deliciosas recetas vegetarianas, veganas y libres de gluten para llevar una dieta sana, nutritiva y deliciosa.



Certificación —

Certificado emitido por el **Instituto Le Cordon Bleu Perú.**





Datos Generales —



Inicio

26 de setiembre



Duración

8 sesiones



Horario

Lunes y miércoles
de 8:00 p.m. a 10:00 p.m.



Modalidad Online

Visualiza la elaboración de las video-recetas demostrativas, al finalizar, el chef docente responderá tus consultas en tiempo real.



Inversión

+ Precio regular: S/1200-

+ Promoción (30% dscto.): **S/840***

(*) Promoción con cupos limitados.

Requisitos técnicos mínimos y recomendados:

Conexión Internet Casa: Mínimo: 15 Mbps.

Recomendable >= 30 Mbps

Conexión internet móvil: 3G como mínimo.

Nota importante:

- + Le Cordon Bleu Perú se reserva el derecho de reprogramar o cancelar los cursos que no cuenten con el número mínimo de inscritos establecidos por la institución.
- + Los trámites de retiro o cambio sólo se realizan hasta 10 días antes del inicio de clases. Caso contrario deberá asumir la penalización correspondiente. El pago realizado no está sujeto a devolución ni transferencia, el retiro no modifica el monto comprometido a pagar. El retiro es sólo académico y no económico.





Nuestra propuesta —

Sesión 1	+ Yakimeshi + Spring rolls + Arroz thai con piña y coco *Recetas sin ingredientes de proveniencia animal.
Sesión 2	+ Cordon bleu de pollo empanizado con quinua, aioli y puré de zanahoria. + Cordero en costra de polenta, Jugo de romero y Ratatouille. *Recetas libres de gluten.
Sesión 3	+ Paella de vegetales + Risotto con tomate y albahaca + Arroz madras con curry de hongos *Recetas de corte vegetariano.
Sesión 4	+ Picante de pallares + Ají de setas y champiñones + Cauche de queso *Recetas de corte vegetariano.
Sesión 5	+ Canelones de crepes con queso y alcachofas + Polenta cremosa con salsa boloñesa de vegetales *Recetas de corte vegetariano.
Sesión 6	+ Samosas de lentejas con ensalada de zucchini + Baba ganoush + Falafel *Recetas sin ingredientes de proveniencia animal.
Sesión 7	+ Saltado de quinua y tofu + Curry de quinua con vegetales + Tabouleh de quinua con mermelada de aguaymanto *Recetas sin ingredientes de proveniencia animal.
Sesión 8	+ Masa de pizza, pizza margarita, pizza con prosciutto y arúgula + Masa de papa para pasta, lasaña de espinaca y champiñones + Salsa de tomate *Recetas libres de gluten.

