

gustAppunto



IMPARARE NUOVE RICETTE VEGETALI (NA)

NAPOLI
2, 9, 16
aprile

Fornire ai partecipanti la capacità pratica di preparare gustose ricette 100% vegetali e illustrarne i vantaggi per la salute sono gli obiettivi di questo corso che si divide in **4 lezioni** di 2 ore e mezza ciascuna. Sono presenti la biologa nutrizionista **Paola Iaccarino Idelson** e la cuoca specialista in cucina naturale **Marina Mosca**. Il primo appuntamento si è svolto il 26 marzo e il calendario prosegue il **2, 9 e 16 aprile dalle 19.00 alle 21.30**. La location è in vico San Pietro a Majella 6, a Napoli.

Il costo di 150 euro comprende le cene con le ricette preparate durante il corso.
www.centrodialimentazioneconsapevole.it

IN SCENA GLI CHEF DI FAMA MONDIALE (LE)

I cuochi in grado di incidere sulla vita dei territori sono i protagonisti dal **15 al 17 aprile** della seconda edizione di **FoodExp**, food life experience a **Torre del Parco di Lecce**. Si tratta di un evento dedicato alla ristorazione e alla cucina, con i più grandi chef mondiali. Nella kermesse c'è anche la competizione che premia il **Miglior chef e Pizza chef emergente** e il **Miglior emergente sala** fra gli under trenta pugliesi.

www.foodexp.it



vacanze

SOGGIORNO BENESSERE IN ALTO ADIGE (BZ)

Il Centro Culturale Shaolin di Milano in collaborazione con il **Vegan Hotel a 4 stelle La Vimea di Naturno**, propone il secondo soggiorno benessere **dal 25 al 28 aprile** per rigenerarsi grazie alle discipline marziali terapeutiche shaolin, quali meditazione chan, qi-gong, rou-quan, fondate sulla tradizione del principio filosofico per cui "l'uomo è parte della natura". La struttura offre una cucina 100% vegana, sana, naturale e stagionale.
info@shaolintemple.it - info@lavimea.com



PASQUA VEGANA (FC)

Dance, Food & Digital Detox sono il leitmotiv della Pasqua proposta dal dottor Michele Riefoli presso la **Fattoria dell'autosufficienza**, bio-agriturismo biologico che sorge a **Paganico**, Bagno di Romagna. Da **venerdì 19 a domenica 21 aprile** l'obiettivo è vivere il proprio corpo grazie alle pratiche di **Natural Dance e YogArmony**. Il costo è di 345 euro a persona (295 euro per i primi 10 iscritti).
www.autosufficienza.it

