

TALLER GASTRONÓMICO

COCINA SALUDABLE

Objetivo

Aprende a preparar platos deliciosos con alimentos naturales en el taller de COCINA SALUDABLE. Descubre cómo elaborar opciones rápidas y variadas.





Fecha: 26 de Noviembre de 2022

Duración: 32 horas

**Horario: sábados de 7:00 a.m.
a 3:00 p.m.**

Presencial

Competencias adquiridas

El Politécnico Internacional ha diseñado un programa que le permita a las personas convertir su pasión en su profesión y por ende en su proyecto de emprendimiento.

Contenidos del diplomado

I Desayunos

- Huevos pochados con salmón ahumado
- Muffin de avena y banano
- Parfait
- Elaboración de leche de chía y avena

II Panes Integrales y Galletas

- Pan de molde integral
- Pan de centeno con semillas de amapola
- Galletas de avena, ajonjolí

III Ensaladas y Vinagretas

- Ensalada Cesar con proteína
- Ensalada Nicoise
- Ensalada de camarones y naranja

IV Pasabocas y Canapés

- Elaboración de pan integral para tostadas. Tomate florentino, canapés de vegetales asados sobre tostón de pan integral.

V Potajes y Carnes Blancas

- Potaje de garbanzos
- Ratatouille
- Spaghetti integrales en salsa pesto

VI Sopas, Cremas y Pescados

- Zanahoria y aceite de perejil
- Trucha al papillote
- Quinotos de pimentón y camote asado

VII Mariscos

- Brochetas de langostinos y vegetales
- Arroz integral con titote
- Ensalada de calamares y quinoa roja

VIII Postres

- Tartaleta de crema de limón
- Turrone de almendras y pistachos
- Cupcakes saludables

Beneficios de estudiar con nosotros

- Ingredientes -Certificado
- Degustaciones
- Uniforme por pronto pago

Formas de pago



Contado



**Tarjeta
débito**



**Tarjeta de
crédito**



**Financiación
con
entidades
bancarias**



Cesantías

**¡Gracias por su atención!
¿Alguna inquietud?**

Contáctenos

60-795 0000

www.politecnicointernacional.edu.co



**Politécnico
Internacional**

