

## COCINA CON WOK



Alejandra Ellenberg

La Cocina Wok es una excelente manera de elaborar deliciosos platos comida, ya que se obtienen excelentes resultados de un modo mucho más sano y saludable, rápido y dejando además menos olor en el ambiente.

El wok es una especie de sartén que fue inventada en China, con forma redonda y una buena profundidad, con asas en ambos extremos y un material que permite que la comida no se adhiera al fondo.

Se puede preparar cualquier tipo de comidas en la *cocina wok*, siendo muy comunes las recetas de cocina china, japonesa y de varios países de Asia, así como también todo tipo de carnes, pollo, arroz, pasta, verduras, tortas, pasta, salsas, etc.

Las posibilidades que brinda la cocina wok es muy amplia, permitiendo preparar comidas de diferentes maneras: fritos, al vapor, estofados, rehogados, etc.

PROGRAMA:

PREPARACION Y MANTENIMIENTO DEL WOK

METODOS DE COCCION

USOS DEL WOK: Carnes (cerdo, pollo y ternera), vegetales (salteados en salsa y sopas), pescados y mariscos (salteados en salsa y sopas) y varios (huevos, noodles)

## ELABORACION DE RECETAS

Sopa de vegetales, pollo y coco

Wok de ternera

Noodles con setas al wok

Revoltillo de espinacas

Vegetales en salsa de ostras

Matricula abierta

Envía el formulario de **pre-inscripción**.

*\* El precio incluye clase, cena-degustación, agua y copa de vino, material didáctico, recetario y productos para la elaboración.*

Los cursos podrán ser anulados si el número de alumnos matriculados no es suficiente.