



benessere integrale

Bistronomie
CUCINA NATURALE CREATIVA

ASPETTANDO LA PRIMAVERA

CENA CON LA SPRING DIET



La cena che proponiamo permetterà di comprendere come prepararsi al cambiamento di stagione e come usare il cibo per rendersi più sani tutto l'anno.

Il menu proposto risponde alle caratteristiche della spring diet, le cui peculiarità e benefici verranno ampiamente spiegati nel corso della serata.

4 marzo 2020 h 20.00

BISTRONOMIE

Piazza Statuto, 2 Torino

Costo a persona € 27

Info e prenotazioni:

Tiziana 3898199136

Filomena 3484920966

www.bistronomie.it

www.associazionebenessereintegrale.it

MENU

Cestino di pasta fillo con tofu e cipollotto

Fantasia di cavoli alle alghe

Orecchiette di grano arso con cima di rapa

Medaglioni di quinoa con verdure

Bietola ripassata

Kanten di barbabietola alla frutta