

Happy Cooking!!!

I nostri insegnanti forniscono lezioni di cucina tipica umbra e italiana presso la struttura, provvedendo a tutto il materiale necessario e agli ingredienti. Durante il corso non mancheranno cenni e collegamenti con la storia e la cultura locale. Gli insegnanti sono bilingue.

Il corso base si svolge nell'arco di 3 ore circa. Verranno preparati insieme i pasti che al termine saranno consumati dagli ospiti. I prodotti sono locali, freschi e tipici.

Viene offerta anche una selezione di vini abbinati al menu.

I pacchetti offerti sono:

PACCHETTO FITNESS

Il corso di cucina è abbinato ad alcune attività sportive-all'aria aperta.

Corso tipo: 3 lezioni di cucina mediterranea, 1 incontro con una dietista, tema "Alimentazione e sport", una gita in barca a vela Lago Trasimeno, una gita in kayak all'Isola Polvese, una passeggiata a cavallo. Le attività sportive sono accompagnate e organizzate da esperti. Minimo 2 partecipanti.

HAPPYCOOKING FOR HAPPY KIDS

I bambini preparano il pasto mentre mamma e papà si rilassano in piscina. Al termine tutti insieme degustano i piatti cucinati. Attività divertente e istruttiva. Min. 4 persone

HAPPYCOOKING ENJOY THE SEASONS! SLOW TOURING IN UMBRIA

PRIMAVERA – ESTATE

"Giallo-zafferano": 3 giorni

corso di cucina – tour Trasimeno-Cortona- visita di un caseificio,
degustazione. Auto privata o van, accompagnatore bilingue con patentino. 2/8pax

“Lenticchie portafortuna” : 3
giorni corso di cucina-visita di Norcia, Castelluccio-assaggi salumi.

Auto privata o van,
accompagnatore bilingue con patentino. 2/8 pax.

CHIACCHIERIAMO CON LA DIETISTA

- La cottura alternativa
- Cereali e legumi in cucina.
- I menu colorati: cuciniamo con i 5 colori della salute.

LE ERBE AROMATICHE IN CUCINA

Riconoscere le erbe, usarle in
cucina, preparazione a tema. Visita ad una azienda
erboristica.

I CUOCHI HAPPYCOOKING

Si possono prenotare anche cuochi per serate speciali,
pranzi e/o cene.

info@altraumbria.it

Daniela cell.320-0648008