

TALLER PRACTICO DE COCINA AYURVEDA

Se trata de un curso practico de cocina Ayurveda Hindú en donde haremos hincapié en la importancia de las especias y sus propiedades medicinales; como los alimentos afectan a tus emociones, como el Ayurveda nos ayuda a la digestión sin sentir ardor o hinchazón, cuales son los alimentos mas beneficiosos para cada Dosha.

Incluye dossier con las recetas necesarias para la elaboración del menú.

LUEGO DEGUSTAREMOS LAS RECETAS QUE HEMOS
COCINADO

Domingo 21 de Enero de 11h a 15h, Precio 40€



Camí Ral, 495, 3° (Cantonada Avd. Jaume Recoder), Mataró
629.47.99.46 / info@ekilibrat.net – www.ekilibrat.net