

TALLER PRÀCTIC DE CUINA AYURVEDA

Es tracta d'un curs pràctic de Cuina Ayurveda Hindu a on farem èmfasi en la importància de les espècies i les seves propietats medicinals; com els aliments afecten a les teves emocions, com el Ayurveda ens ajuda a la digestió sense sentir ardor o inflor, quins son els aliments mes beneficiosos per a a cada dosha

Inclou dossier amb les receptes necessaries per l'elaboració del menu.

DESPRÉS DEGUSTAREM LES RECEPTES QUE HEM CUINAT

Diumenge 21 de Gener de 11h a 15h, PREU 40 €



Ekilibra't!

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