

CORSI PER ADULTI – Autunno 2010/2011

ENOGASTRONOMIA – 31 novità!

Conoscenza dei vini svizzeri ed europei

Corso di enografia. Si spazia dalla Svizzera ai paesi della Comunità europea. Sono richiesti circa fr. 120.- supplementari per i vini.

Bodio *Iscrizioni a Mariateresa Citino - 091 873 20 80 e 079 206 33 67 - mariateresa.citino@bodio.ch*
G. Fontana 5 martedì 20.00-22.30 5 ottobre fr. 135.-

GASTRONOMIA

ABC della cucina vegetariana

Per tutte le persone che vogliono imparare piatti semplici di questa cucina così variata... dai primi passi ai grandi voli! Ai detentori dell'abbonamento annuale Arcobaleno è concesso uno sconto del 50% sulla tassa di iscrizione. Per informazioni dettagliate si veda a pagina 72. Più fr. 40.- per gli alimenti.

Minusio *Iscrizioni a Gabriella Sguoto - 091 743 33 67 e 078 600 33 67 - gaby@nikko.ch*
N. Rizzo 2 martedì 18.30-22.00 12 ottobre fr. 80.-

Biscotti a go-go

Si preparano diverse qualità di biscotti. Pausa pranzo compresa. Più circa fr. 40.- per gli alimenti.

Faido *Iscrizioni a Loredana Cappelletti - 091 866 19 23 - lore.cappelletti@yahoo.it*
C. Moreau 1 sabato 09.00-16.00 20 novembre fr. 80.-

Camoscio in umido e in salmi

Alcune ricette per cucinare il camoscio nostrano, in umido e in salmi (con o senza salamoia), trucchi e consigli per preparare e servire un piatto di successo. Più fr. 20.- per gli alimenti.

Cevio *Iscrizioni a Mariella Di Foglio - 091 753 30 66 e 078 883 30 99 - mariella.difoglio@sossegretariato.ch*
K. Tulipani Rügger 1 martedì 19.00-23.00 5 ottobre fr. 50.-

Chat & Cook: Miami Beach Delights

Sono richieste conoscenze di base dell'inglese. Durante il corso si seguiranno le istruzioni descritte nelle ricette conversando in inglese con la docente e i partecipanti. Si scoprirà la Florida attraverso alcune gustose specialità estive. Più fr. 20.- per gli alimenti.

Arbedo-Castione *Iscrizioni a Maria Pia Rüetschi - 091 829 33 27 e 076 533 99 66 - michel.rueetschi@bluewin.ch*
N. Jaks 1 mercoledì 18.30-22.00 15 settembre fr. 50.-

Cinghiale in umido

Tre modi diversi di preparazione per cucinare il cinghiale in umido, contorni adatti e dessert. Più fr. 20.- per gli alimenti.

Cevio *Iscrizioni a Mariella Di Foglio - 091 753 30 66 e 078 883 30 99 - mariella.difoglio@sossegretariato.ch*
K. Tulipani Rügger 1 martedì 19.00-23.00 26 ottobre fr. 50.-

Crêpes e crespelle

Tutto sulle crêpes, crespelle, panzerotti, fagottini, sia dolci che salati. Più fr. 20.- per gli alimenti.

Gordola *Iscrizioni a Manuela Ghidoni - 091 745 22 18 - manuela.ghidoni@bluewin.ch*
D. Greco 1 lunedì 18.30-22.00 13 dicembre fr. 50.-

Lugano 2 *Iscrizioni a Angela Besomi - 079 560 54 45 - cpa.angela-besomi@hotmail.com*

A. Di Raimo 1 mercoledì 19.00-22.30 27 ottobre fr. 50.-

Cucina cinese

Più fr. 40.- per gli alimenti.

Gambarogno

Iscrizioni a Jacqueline Rohrer - 076 379 09 57 - yesrohrer@hotmail.com

G. Comai 2 giovedì 19.00-22.30 21 ottobre fr. 80.-

Cucina indiana

L'India tra sapori e fantasia. Più fr. 40.- per gli alimenti.

Gambarogno

Iscrizioni a Jacqueline Rohrer - 076 379 09 57 - yesrohrer@hotmail.com

G. Comai 2 martedì 19.00-22.30 19 ottobre fr. 80.-

Cucina normanna

Vengono presentati alcuni piatti tipici della Normandia. Più fr. 25.- per gli alimenti.

Biasca 1

Iscrizioni a Maria De Boni - 079 353 95 18 - maria.deboni@bluewin.ch

D. Hecquet 1 lunedì 19.15-22.45 4 ottobre fr. 50.-

Cucina vietnamita 3

Si prepara una pietanza elaborata tipica dei giorni di festa composta da carne, verdure miste e riso. Con una particolare attenzione alla preparazione di decorazioni per la tavola a base di alimenti. Più fr. 20.- per gli alimenti.

Mendrisio

Iscrizioni a Tiziana Marcon - 091 682 00 10 e 077 460 94 08 - corsiperadulti.tizianamarcon@hotmail.com

T. Vu Schick 1 martedì 18.30-22.00 23 novembre fr. 50.-

Delizie farcite

Come farcire le verdure, la carne, il pesce e le uova rendendo dei semplici ingredienti, succulenti pranzi da Re. Più fr. 20.- per gli alimenti.

Arbedo-Castione

Iscrizioni a Maria Pia Rùetschi - 091 829 33 27 e 076 533 99 66 - michel.rueetschi@bluewin.ch

A. Di Raimo 1 mercoledì 18.30-22.00 24 novembre fr. 50.-

Dolcezze natalizie

Si prepara il tradizionale tronco natalizio e ci si diverte a scoprire nuove ricette di biscotti. Più fr. 20.- per gli alimenti.

Gordola

Iscrizioni a Manuela Ghidoni - 091 745 22 18 - manuela.ghidoni@bluewin.ch

F. Pesenti 1 lunedì 18.30-22.00 22 novembre fr. 50.-

Finger food e cocktail

Finger food... non solo bocconcini da spiluccare durante l'aperitivo, ma veri e propri mini capolavori in bicchierini, ciotoline e cucchiari. Si preparano inoltre ottimi cocktail da abbinare. Più fr. 70.- per gli alimenti.

Lugano 2

Iscrizioni a Angela Besomi - 079 560 54 45 - cpa.angela-besomi@hotmail.com

F. Lobosco 2 lunedì 19.00-22.30 8 novembre fr. 80.-

Fois-gras

Preparazione base della terrina di fois-gras e fois-gras spadellato con abbinamento sauternes. Più fr. 35.- per gli alimenti.

Roveredo (GR)

Iscrizioni a Carmela Casella Fasani - 079 239 52 97 - carne63@bluewin.ch

R. Griggi 1 venerdì 19.00-22.30 26 novembre fr. 50.-

Funghi

Gustose ricette che esaltano i sapori di queste delizie di bosco. Più fr. 25.- per gli alimenti.

Biasca 1

Iscrizioni a Maria De Boni - 079 353 95 18 - maria.deboni@bluewin.ch

L. Merlo 1 martedì 19.00-22.30 21 settembre fr. 50.-

Leguminose: un mondo da scoprire

Fagioli, lenticchie, ceci, ... Tanti non sanno che le leguminose sono una valida alternativa alle proteine animali. Il corso vuole sfatare alcune problematiche e darvi delle alternative sane per preparare piatti attrattivi. Un importante aiuto per mantenere un'alimentazione attenta e variata! Più fr. 20.- per gli alimenti.

Gerra Piano

Iscrizioni a Agnese Maffioletti - 091 859 12 18 - agnesemaffioletti@bluewin.ch

F. Pesenti 1 venerdì 18.30-22.00 8 ottobre fr. 50.-

Menu abbinati all'olio d'oliva

Saranno presentati diversi tipi di olio d'oliva che verranno poi abbinati a varie pietanze che ne esalteranno il sapore. Più fr. 35.- per gli alimenti.

Biasca 1

Iscrizioni a Maria De Boni - 079 353 95 18 - maria.deboni@bluewin.ch

D. Hecquet e M. Piazzini 1 lunedì 19.15-22.45 27 settembre fr. 70.-

Pane raffermo: nuove idee

Oltre alla classica torta di pane suggestive e insospettabili prelibatezze dall'antipasto al dessert. Lasciatevi sorprendere. Più fr. 20.- per gli alimenti.

Bellinzona 1

Iscrizioni a Leila Burà - 091 857 53 74 - leilabur@bluewin.ch

F. Pesenti 1 mercoledì 18.30-22.00 24 novembre fr. 50.-

Patate: abbinamento ai vini

Tutto con la patata: dall'antipasto al dessert con abbinamento ai vini. Più fr. 35.- per gli alimenti.

Lodrino

Iscrizioni a Mariapia Bernardi - 091 863 20 04 e 079 738 64 28 - bernardipia@hotmail.com

M. Albertoni e G. Esposito 1 martedì 19.00-22.30 5 ottobre fr. 70.-

Polpette e polpettoni

Dalle olive ascolane, agli arancini, ai falafel: polpette e polpettoni di ogni tipo (di carne, di verdura, di riso, di pesce, ...). Dagli stuzzichini ai piatti principali. Più fr. 20.- per gli alimenti.

Arbedo-Castione

Iscrizioni a Maria Pia Rüetschi - 091 829 33 27 e 076 533 99 66 - michel.rueetschi@bluewin.ch

A. Di Raimo 1 mercoledì 18.30-22.00 20 ottobre fr. 50.-

Quaglie: abbinamento ai vini ticinesi

Dopo avere imparato a disossarle, impareremo a cucinarle in modi diversi: riccamente farcite, in nidi di tagliolini e preparate in un succulento risotto. La sommelier proporrà l'abbinamento adeguato per i piatti cucinati. Sono richiesti fr. 40.- supplementari per vino e alimenti.

Casiano

Iscrizioni a Nadia Rodriguez - 091 606 66 57 - nadia.rodriguez@yahoo.it

M. Malavasi Soli e E. Mozzini 1 lunedì 19.00-22.30 18 ottobre fr. 50.-

Ravioli che passione!

Ventaglio di preparazioni a base di ravioli di carne, pesce e verdure. Più fr. 25.- per gli alimenti.

Roveredo (GR)

Iscrizioni a Carmela Casella Fasani - 079 239 52 97 - carne63@bluewin.ch

R. Griggi 1 venerdì 19.00-22.30 12 novembre fr. 50.-

Sapori da riscoprire: le frattaglie

Utilizzando e valorizzando le frattaglie si realizzano gustose e raffinate ricette preparate in modo tradizionale, ma di sicuro successo: trippa, rognone, fegato, cervello, lingua. Più fr. 20.- per gli alimenti.

Arbedo-Castione

Iscrizioni a Maria Pia Rüetschi - 091 829 33 27 e 076 533 99 66 - michel.rueetschi@bluewin.ch

F. Lazzarotto 1 venerdì 18.00-22.00 24 settembre fr. 50.-

Sella di capriolo e renna

La classica sella di capriolo e la particolare sella di renna con tutti i contorni dedicati a questa pietanza: spätzli, cabis rosso, mele cotte, castagne caramellate, ... Più fr. 35.- per gli alimenti.

Biasca 1

Iscrizioni a Maria De Boni - 079 353 95 18 - maria.deboni@bluewin.ch

D. Hecquet 1 lunedì 19.15-22.45 25 ottobre fr. 50.-

Standing dinner

Il "finger food" e il classico cibo da buffet; le tecniche per allestire al meglio uno standing dinner utilizzando gli oggetti che si fanno in casa. Più fr. 40.- per gli alimenti.

Cevio

Iscrizioni a Mariella Di Foglio - 091 753 30 66 e 078 883 30 99 - mariella.difoglio@sossegretariato.ch

L. Clavuot 2 martedì 19.30-23.00 30 novembre fr. 80.-

Tartare e carpacci di pesce

Tartare di pesce crudo preparata al coltello e vari tipi di carpacci di pesce conditi. Più fr. 25.- per gli alimenti.

Gravesano

Iscrizioni a Paola Magni - 076 390 04 45 - cpa.pmagni@bluewin.ch

F. Valsangiacomo 1 mercoledì 19.00-22.30 20 ottobre fr. 50.-

Verdure a go-go

Un modo diverso di mangiare le verdure, crude, cotte, ripiene: ottime come contorno, come antipasto, come piatto unico che a tavola lascerà poco spazio ad altre pietanze. Più fr. 20.- per gli alimenti.

Arbedo-Castione

Iscrizioni a Maria Pia Rüetschi - 091 829 33 27 e 076 533 99 66 - michel.rueetschi@bluewin.ch

F. Lazzarotto 1 mercoledì 18.00-22.00 22 settembre fr. 50.-

Zucche, castagne e cavoli

Un altro modo di cucinarli e assaporarli. Zuppe scomposte, pâtè e insalate tiepide. Più fr. 20.- per gli alimenti.

Minusio

Iscrizioni a Gabriella Sguoto - 091 743 33 67 e 078 600 33 67 - gaby@nikko.ch

N. Rizzo 1 lunedì 18.30-22.00 27 settembre fr. 50.-