

# **CORSO DI CUCINA**

## **CUCINARE IL SAPORE: LE CARNI, I PESCI, I VEGETALI, I FINGER FOOD, LA PASTICCERIA"**

Chef docenti: Giorgio e Diletta Nadalini



Eccoci finalmente pronti ad iniziare la nostra nuova avventura tra i fornelli che saranno ancora una volta quelli di "For.Ma - Azienda Formazione Mantova" (ex CFP) in Via Gandolfo, 13 a Mantova. Sono sempre più numerose le persone che ammettono sconsolatamente la propria incapacità a cucinare: effettivamente la nostra vita è contraddistinta da ritmi frenetici che lasciano poco spazio a passioni e hobbies. Oggi per moltissime donne (e uomini!), il tempo da dedicare alla cucina è veramente limitato e spesso ci si arrabatta con piatti già pronti, scatolette, rosticcerie, surgelati, che sollevano da un impegno molto oneroso ma tolgono anche il piacere di improvvisare sfiziose prelibatezze culinarie. Ritagliamoci un pezzetto di tempo per noi: il Cad Bam vi propone un nuovo corso di cucina dedicato a giovani, meno giovani e singles che sono stufi di nutrirsi di prosciutto e mozzarella!

**DURATA ED ORARI.** Il corso avrà frequenza settimanale e sarà suddiviso in n. 8 lezioni da 4 ore cadauna, per un totale di 32 ore con il seguente orario: dalle ore 18:00 alle ore 22:00. Giorno della settimana in cui verranno tenute le lezioni: **giovedì. Inizio corso giovedì 12 marzo 2015.**

### **TEMI TRATTATI**

#### **1° Lezione: La carne e il salumi**

La classificazione e le caratteristiche merceologiche della carne

La macellazione e la frollatura delle carni

La sezionatura e i tagli della carni

Le frattaglie

La selvaggina da pelo e da piuma

I salumi e gli insaccati

#### **Menu**

Guazzetto di fagioli cannellini al guanciale (finger food)

Ravioli di coniglio con salsa di piselli e basilico

Fagiano alla normanna

Guanciale di vitello brasato

Trippa alla parmigiana (finger food)

Panificazione semplice: taralli al finocchio

#### **3° Lezione: Gli alimenti di origine vegetale**

Gli ortaggi: definizione, caratteristiche e classificazione merceologica

Le erbe aromatiche e le spezie

I funghi e i tartufi

#### **Menu**

Involentini di melanzane al caprino con erba cipollina, cipolla in agrodolce e salsa di pomodoro cruda

Pappa al pomodoro

Risotto con erbe fini

Pizzette di melanzane con scamorza affumicata e pomodoro

Torta di carote

Panificazione semplice: panini alle erbe

#### **2° Lezione: I prodotti ittici**

La classificazione e le caratteristiche dei prodotti ittici

I pesci d'acqua dolce e d'acqua salata

I crostacei, i molluschi e le rane

#### **Menu**

Gamberoni croccanti in pasta kataifi con salsa guacamole piccante (finger food)

Tartara di salmone con melanzane agrodolci e battuto di capperi (finger food)

Scialatielli con vongole e ceci

Risotto con le rane

Moscardini in guazzetto su nido di polenta bianca (finger food)

Panificazione semplice: focaccia ligure

#### **4° Lezione: Gli alimenti di origine vegetale**

I legumi e i loro derivati

I cereali e i loro derivati

La frutta: definizione, caratteristiche e classificazione

#### **Menu**

Crema di zucca con zucchine saltate e sformatino di bulgur quinoa

Orzo con legumi all'olio d'oliva, formaggio di capra ed erbe aromatiche (finger food)

Risotto con le fragole

Tagliata di tonno su insalatina d'arance e menta

Tarte Tatin

Panificazione semplice: pane alle pere caramellate e cannella

### 5° Lezione: i finger food salati

#### Menu

Mini hot-dog in soffice pasta  
Bigné alla crema di salmone affumicato  
Profiterole con crema di asparagi  
Baci di dama salati  
Due colori  
Cannoncini croccanti alla mousse di gorgonzola

### 6° Lezione: I finger food salati

#### Menu

Freschezza estiva  
Tartellette alla russa  
Piccola panna acida con tartare di salmone  
Savarin di bagna caòda con peperoni arrostiti  
Tartellette ai porri e pancetta

### 7° Lezione: Pasticceria mignon

#### Menu

Bicchierino al pistacchio con bavarese al cioccolato fonde-  
te  
Coppa cacao e zabaione con cioccolato fondente  
Frollino montato  
Cookies  
Minicharlotte  
Frollino dama

### 8° Lezione: Pasticceria

#### Menu

Crostata ai lamponi e more con chibouste alla vaniglia e  
fragoline di bosco  
Crostatine alla composta di mele verdi  
Profiterole  
Tiramisù  
Torta bavarese ai tre cioccolati  
Tronchetto con mousseline al cioccolato e panna

**INDUMENTI:** è necessario, fin dalla prima lezione, indossare un grembiule avvolgente o giacchetta di cotone da cuoco ed una cuffietta o copricapo.

**INGREDIENTI.** Gli ingredienti necessari alla realizzazione dei vari piatti, saranno forniti direttamente da For.Ma. I praticanti potranno consumare i piatti realizzati con lo scopo di commentare e giudicare il risultato finale.

### QUOTA DI PARTECIPAZIONE:

#### • COSTO DEL CORSO

minimo 15 persone

€ 270,00

minimo 20 persone

€ 207,00

### LA QUOTA COMPRENDE:

- n. 30 ore di lezione pratica e teorica tenuta da insegnante qualificato del CFP;
- Uso esclusivo della cucina attrezzata del Centro;
- Derrate alimentari per le esercitazioni;
- Dispense teoriche;
- Assicurazione infortuni.

**NOTA BENE:** ricordiamo che per poter partecipare alle manifestazioni del Cad Bam è necessario essere iscritti alla nostra associazione come Soci ordinari e/o Soci aggregati e/o Soci annuali. I Soci "Annuali" dovranno versare la quota di partecipazione tramite bonifico bancario sul conto corrente del "Circolo Aziendale Dipendenti Banca Agricola Mantovana" IBAN: IT18I0103011503000010000226, causale "Corso di cucina" solo nel caso non fossero correntisti di Banca Monte Paschi Siena.

### TERMINE ISCRIZIONI:

**16 febbraio 2007**

### RESPONSABILE:

**Chiara Steccanella**





**AREA LOMBARDIA SUD ED EMILIA ROMAGNA (cod. 5071)**  
ALL'ATTENZIONE DELLA SEGRETERIA CAD BAM

**MODULO DI ADESIONE AL CORSO DI CUCINA DAL 12 MARZO 2015 PRESSO FOR.MA MANTOVA**

COGNOME E NOME	UFFICIO - INDIRIZZO - TELEFONO	QUOTA €uro
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Totale quote di partecipazione dovute: \_\_\_\_\_

**DICHIARO DI SOLLEVARE IL CAD BAM DA QUALSIASI RESPONSABILITA' PER DANNI CAUSATI E/O SUBITI DAI SOPRAELENCATI NOMINATIVI PER TUTTA LA DURATA DELLA MANIFESTAZIONE.**

**CONSENSO DLGS 196/03 SULLA TUTELA DELLE PERSONE ED ALTRI SOGGETTI RISPETTO AL TRATTAMENTO DEI DATI PERSONALI:** consapevole che in mancanza di consenso il CAD BAM non potrà dar corso ad iniziative o servizi che richiedano il trattamento dei dati personali già in suo possesso, acconsento al trattamento degli stessi per le specifiche finalità perseguite dalla presente iniziativa, compreso la loro eventuale comunicazione a terzi soggetti incaricati dell'organizzazione tecnica.

Mantova, \_\_\_\_\_ Firma Socio Cad Bam \_\_\_\_\_

Con il presente ordine irrevocabile, il sottoscritto \_\_\_\_\_ autorizza la Banca Monte dei Paschi di Siena a bonificare, anche in più soluzioni ed a richiesta degli organizzatori, l'importo complessivo di €uro \_\_\_\_\_ a favore del Circolo Aziendale Dipendenti Banca Agricola Mantovana addebitando il c/c n. \_\_\_\_\_ funzionante presso la dipendenza di \_\_\_\_\_ ed identificato dal seguente IBAN \_\_\_\_\_, quale totale quote di partecipazione alla manifestazione in oggetto.

Mantova, \_\_\_\_\_ Firma intestatario c/c \_\_\_\_\_