



## I RISOTTI GOURMET

Il riso fa buon sangue. Contiene infatti pochissimi grassi, è meno calorico della pasta, povero di sodio e ricco di potassio, proteine, vitamine, minerali e fibre. Inoltre non ha glutine, dettaglio che lo rende un cibo ammesso persino nella dieta dei celiaci.



Insomma... il riso fa bene ed è sano... si usa anche nella cosmesi (!! ) e...c'è chi (incredibile!!)... sta svolgendo un interessante progetto per produrre etanolo, da utilizzare come carburante, mediante la fermentazione del riso!

...magari noi ci limitiamo alla cucina, che dite??!!

**Una lezione** per imparare a preparare...

- Risotto con caramello al limone e formaggio di malga di Herbert Hintner
- Risotto di zucca, nocciole e quenelle di robiola al rosmarino
- Risotto con pesto di radicchio alle noci e pancetta croccante
- Risotto, piselli, panna acida e gamberi marinati allo spritz
- Risotto, bacon, castagne e fave di cacao



Il Costo dell'intero corso è di Euro 60,00



*Chiamami al 347 8935669  
per qualsiasi informazione  
o per iscriverti. Ti aspetto  
Buon Apprendimento  
.....con Gusto*

