

# COOKING SHOW



**ORTOSESTU**

**ORTOSESTU**, con la collaborazione della **Dott.ssa Silvia Erika Mazzeo**,  
**Biologa Nutrizionista e Chef de "I Mercanti del Gusto"**, presenta:

"l'ortofrutta, proprietà nutrizionali, curiosità e utilizzi in cucina."

**Mercoledì 23 dicembre 2015 ore 17.00**

**Casa Ortofrutta - Mercato Agroalimentare della Sardegna**  
Loc. Magangiosa S.P. 2 Km. 0,400, Sestu (CA)

Ore 17.00 Buffet di benvenuto

Ore 17.15 Presentazione dell'evento - parte teorica

Ore 18.15 Cooking show

## **I LEGUMI**

**Falafel con pane naan e salsa tahini**

**Farinata di cavolo nero**

**Partecipazione gratuita - per iscriversi:**

Modulo online



<http://goo.gl/forms/ilhyXIMmnW>

E-mail

[eventi@ortosestu.it](mailto:eventi@ortosestu.it)

Scarica il programma



**ORTOSESTU** Società Cooperativa  
S.P. 4 Km. 4,400 - 09028 Sestu (CA)  
[info@ortosestu.it](mailto:info@ortosestu.it)

Segreteria organizzativa  
[eventi@ortosestu.it](mailto:eventi@ortosestu.it)  
Tel. 070 2299031

