



CORSO DI CUCINA SENZA GLUTINE - 05/09/2016

Corso per professionisti e amatori per avvicinarsi al mondo del gluten-free.



Immersi nella piacevole e suggestiva atmosfera del Castello di Costigliole d'Asti, docenti universitari e chef qualificati accompagnano i partecipanti attraverso un percorso didattico alla conoscenza di una materia nella quale ci si imbatte quotidianamente nella società moderna. Imparare a cucinare gluten-free è un modo per avvicinarsi alle intolleranze alimentari e alle persone che ne soffrono. Lo scopo è aiutare loro e noi stessi a convivere con una patologia che prevede una dieta specifica che, se non conosciuta, può scoraggiare e far perdere l'appetito. Mangiare è uno dei piaceri della vita: impariamo a conoscere i prodotti senza glutine, in modo da restituire il sorriso e soddisfare il palato ampliando la dieta gluten-free! Il Corso è tenuto in lingua italiana dai docenti che saranno affiancati da un **interprete in lingua inglese**.

DURATA

Il corso ha una durata di una settimana (da lunedì a venerdì per un totale di 40 ore).

POSSONO ISCRIVERSI AL CORSO

- Professionisti del settore enogastronomico italiani e stranieri
- Ristoratori
- Amatori e appassionati gourmet italiani e stranieri

PROGRAMMA DEL CORSO

DOMENICA

- Arrivo dei partecipanti e sistemazione presso Foresteria ICIF
- Cena libera

LUNEDÌ

Mattino (9:30-12:30): Lezione introduttiva teorica – AULA MAGNA

- Definizione di celiachia, come si scopre e cosa comporta
- Il prontuario dell'Associazione Italiana Celiachia
- La dieta senza glutine
- Esperienze dirette di celiaci

Pausa pranzo (12:30-13:30)

Pomeriggio (13:30-17:00): Nozioni specifiche per i ristoratori – SALA RISTORANTE

- Procedure di preparazione dei pasti senza glutine
- Accoglienza del cliente celiaco
- Gli aspetti relazionali della celiachia

Cena (18:30) presso l'ICIF

MARTEDÌ

Mattino (9:00-12:30): AULA MAGNA

- Dimostrazione di diversi formati di PASTA FRESCA delle diverse Regioni d'Italia con utilizzo farina senza glutine abbinata ai sughi tradizionali
- Suggerimenti per la perfetta riuscita delle varie preparazioni

Pausa pranzo (12:30-13:30) presso l'ICIF

Pomeriggio (13:30-17:00): Lezione pratica – AULA PRATICA

- Esecuzione di diversi formati di PASTA FRESCA delle diverse Regioni d'Italia con utilizzo farina senza glutine abbinata ai sughi tradizionali

Cena (18:30) presso ICIF

Cena presso l'ICIF

MERCOLEDÌ

Mattino (9:00-12:30): AULA PASTICCERIA

- DOLCI tradizionali Italiani con utilizzo farina senza glutine e dolci semplici e veloci

da preparare senza l'utilizzo di farine con un'attenzione particolare alla tipologia specifica delle materie prime

Pausa pranzo (12:30-13:30) presso l'ICIF

Pomeriggio (13:30-17:00): AULA PASTICCERIA

- BISCOTTI e PICCOLA PASTICCERIA delle diverse Regioni d'Italia con l'utilizzo di farina senza glutine

Cena (18:30) presso l'ICIF

GIOVEDÌ

Mattino (9:00-10:00): Lezione teorica – AULA MAGNA

- I SECONDI di CARNE e di PESCE con CONTORNI

- Accorgimenti per l'utilizzo di salse e fondi bruni o addensanti

Mattino (10:00-12:30): Esercitazione pratica – CUCINA DEL RISTORANTE

- I partecipanti insieme allo chef istruttore preparano in contemporanea un menu con glutine ed un menu senza glutine (esercitazione in merito ai rischi di contaminazione)

Pausa pranzo (12:30-13:30) presso l'ICIF (menu preparati al mattino)

Pomeriggio (13:30-17:00): AULA PASTICCERIA

- PANE COMUNE, PANI SPECIALI e GRISSINI con utilizzo farina senza glutine
- Cena (20:00) presso un ristorante esterno con possibilità di scelta menu senza glutine per celiaci

VENERDÌ

Mattino (9:00-12:30): AULA PASTICCERIA

- PIZZE e FOCACCE, diversi tipi con utilizzo farina senza glutine

- Consigli e accorgimenti per la lievitazione

Pausa pranzo (12:30-13:30) presso l'ICIF

Pomeriggio (13:30-17:00)

- Preparazione di un menu (4 portate) senza glutine

Cena finale (19:30) con consegna attestati di partecipazione

COSTI

Il costo del Corso Senza Glutine è di **Euro 1.300,00** a persona.

Il costo del corso comprende:

- 5 giorni di lezione presso la sede ICIF del Castello di Costigliole d'Asti
- Dispensa del corso con tutte le ricette che verranno eseguite a lezione
- Una giacca da chef con logo ICIF
- Il vitto presso l'Istituto e l'alloggio (check-in alla domenica sera e check-out al sabato mattina) presso la foresteria dell'ICIF denominata Cascina Salerio
- Attestato di partecipazione

Per gli interessati è possibile acquistare singole lezioni al seguente costo:

- Una giornata di lezione (incluso pranzo e cena e alloggio 1 notte) pari a **280 euro** a persona
- Una giornata di lezione (incluso pranzo e cena no alloggio) pari a **230 euro** a persona
- Mezza giornata di lezione (mattino + pranzo o pomeriggio + cena) pari a **130 euro** a persona.

Non è compreso tutto quanto non sopra specificato.