

## **Cocinar para uno**

**Objetivos:** Dirigido a personas independientes que deseen conocer las técnicas y trucos para cocinar de una manera divertida, nutritiva, económica y equilibrada.

### **Contenidos:**

- 1. La cesta de la compra.**
- 2. Organizar la despensa.**
- 3. Planificar el menú.**
- 4. Elaboraciones y degustaciones.**

**Duración:** 30 horas a 3 horas diarias

**Lugar:** Escuela de Hostelería y Cocina de Sánchez Bacallado.

### **Condiciones:**

- Precio: 90 €/curso + igic**

