

21
NOV

16:30 a 18:30 h • Escuela de cocina Bilbao-Laratz. Nicolas Alcorta, 5



Cocina sin gluten para jóvenes



Impartido por Itziar Calvar, de la empresa Berezitu.

Dirigido a jóvenes celíac@s de 13 a 20 años.

Recetas: - Pasta Alfredo - Hamburguesa de ternera
- Pan de pita relleno - Crep de chocolate



Pasta Alfredo

Ingredientes:

- ✓ 30 gr mantequilla
- ✓ 1 taza de nata para cocinar
- ✓ 1/2 taza de parmesano rallado
- ✓ sal y pimienta
- ✓ 200 gr de pasta sin gluten

Elaboración:

- Cocer la pasta: agua en un puchero, tapar, cuando esté hirviendo echar la pasta cruda, añadir un poco de sal y aceite, remover un poco y dejar hirviendo hasta que la pasta se haya cocido. 8-10 minutos
- Calentar mantequilla en una sartén a fuego medio para que no se queme.
- Añadir la nata y remover hasta que ambos ingredientes se han mezclado.
- Sal pimentar a gusto
- Añadir el queso rallado y mezclarlo todo. Mantener el fuego bajo.
- Añadir la pasta cocida, remover varias veces, apagar fuego y servir.