

# COCINA PARA PRINCIPIANTES

*“Cocina sin Humos”*

## ¿CUÁNDO?

### Mañanas:

Miércoles de 9:00 a 11:30.

Miércoles de 12:00 a 14:00

### Tardes:

Miércoles de 16:00 a 18:30

Jueves de 16:00 a 18:30.

## ¿UBICACIÓN?

C\ Fernando el Católico 11 1º A. Derecha.

**Conviértete en todo un cocinillas  
y hazte dueño de tus cenas.**

Aprenderás a hacer todo tipo de recetas  
con Microondas, plancha y las más ricas  
ensaladas y sándwiches.





## Cocina para principiantes

### ¿QUÉ APRENDEREMOS?

1. Manipulación de alimentos. Salud y seguridad en la cocina.
2. Cenas Frías: Sándwiches y ensaladas.
3. Microondas: Cocinamos sin humos.
4. Batidora: Cremas, batidos y zumos.
5. La plancha: Light pero muy sabroso.
6. Viernes para los amigos: Canapés, tapas, y recetas para días especiales.



**FORMACIÓN Y EMPLEO**

EL ACCESO AL MUNDO LABORAL DE AFANIAS



## Cocina para principiantes

*¡Qué nadie te haga la cena!*

¿CUANDO?

Mañanas:

Martes de 10:00 a 12:00 o de 12:00 a 14:30

Tardes:

Miércoles 16:00 a 18:30.

Jueves de 16:00 a 18:30.

¿CUANTO CUESTA?

45 € al mes para los socios de AFANIAS, 55 € al mes para los no socios.

¿DÓNDE ?

Calle Fernando el Católico 11  
1ºA derecha.

INFORMARME O RESERVAR

teléfono: 913339701

Calle Fernando el Católico 11 1º  
derecha.