



Comune di  
GRUMOLO DELLE ABBADESSE

Ri  
ambientaMOi

in collaborazione con:

LEASOVIETI  
Circolo  
Legambiente  
MPV APS

Riscopriamo  
ingredienti, sapori  
e profumi di  
una volta

presenta:

29 marzo 2023 - ore 20.00

# RiCuciniAmo

Serata informativa sulla cucina sostenibile

presso: Salone del Circolo NOI  
P.zza Papa Giovanni XXIII, 4  
GRUMOLO DELLE ABBADESSE

a fine incontro  
Buffet con esempi  
dei piatti salutar  
e gustosi.

Equilibriamo il fabbisogno fisico con prodotti naturali e stagionali

Relatrice: Paola Trionfi *Biologa e Nutrizionista*

è gradita la prenotazione: 0444.265020 (biblioteca) ☎ 347.7431233

Menu nutrienti con molti ingredienti vegetali  
**CORSO DI CUCINA PRATICA 12 - 19 - 26 aprile 2023**  
presso Salone-Cucina del Circolo NOI - Grumolo delle Abbadesse

Durante le 3 serate, insieme allo chef Massimo Gastaldello,  
impareremo a creare e cucinare menù completi, nutrienti, gustosi e veloci.  
Alla fine della serata ceneremo insieme gustando quanto abbiamo preparato.

info e prenotazioni: Biblioteca • 0444.265020 • ☎ 347.7431233