

Workshop

Alimentação Saudável & Sustentável

8 de outubro de 2021

14:00 – 20:00h

VAGAS LIMITADAS: 12

PREÇO ESTUDANTE: 5 Eur

Local

Ervas Finas, Jardim para cozinhar
Rua da Mouta, Vila Real



Inscrição

<https://www.utad.pt/gci/inscricoes-prsbe/>

Carta para a Alimentação Saudável e Sustentável da UTAD

Programa

14H00

Acolhimento. Apresentação dos formandos. Apresentação do Programa. Visita ao Jardim comestível dando início à experiência sensorial de reconhecimento, prova e colheita.

14H20 – 15H30

Breve introdução para a biodiversidade a utilizar na construção de refeições, nas suas formas naturais e preservadas.

15H30 – 18H30

Confeção de menu (prato de carne, peixe e vegetariano) – sob a orientação de Graça Saraiva, preparam-se as bases de deliciosas refeições, demonstrando técnicas e princípios de confeção simples e saudáveis.

18H30 – 19H30

Degustação e interpretação.

19H30 – 20H00

Esclarecimento de dúvidas e considerações finais.

utad UNIVERSIDADE
DE TRÁS-OS-MONTES
E ALTO DOURO
PRÓ-REITORIA PARA A SAÚDE E BEM-ESTAR

SERVIÇOS DE
ACÇÃO SOCIAL UNIVERSIDADE
DE TRÁS-OS-MONTES
E ALTO DOURO

APOIO
 **CECAV**
ANIMAL AND HUMANITY
RESEARCH CENTRE

FCT - UIDB/CVT/00772/2020