

**[San Valentino: organizziamo un incontro con cena vegan a Vado Ligure \(Savona\)](#)**

**Le nostre attività! Guarda.....**

Inviato da : societavegetariana

\_MD\_POSTEDON15/1/2013 9:20:00

**Vado Ligure (Savona) - 14 Febbraio 2013**

Per **San Valentino**, Kairós, la scuola di cucina internazionale vegan di **Società Vegetariana**, organizza un incontro con cena vegan al **Circolo "Cosa Bolle in pentola"** in Via Aurelia 132/a ([scarica la locandina](#))

**Titolo dell'incontro che precede la cena :**

"La cucina del BuonEssere" (durata 30')

**Relatore** : Francesco Castorina (presidente di Società Vegetariana, divulgatore scientifico di educazione alimentare vegan e cuoco)

**Orario:** h. 20,00

***il Menu***

**Antipasti**

Crostini di pane (farina tipo 2) con tre salse e insalata (bourguignonne, risonese, azukese)

**Primo piatto**

Risotto di chicchi di avena integrale sativa

**Secondi piatti**

Scaloppine di seitan

Omelette di ceci e besciamella ai funghi

**Dolce**

Torta suprema all'arancia

**Dopopasto**

Tisana fresca

**Bevande**

Vino (1/4)

Acqua

Pane (1 cestino ogni 4 persone)

**Costo della cena:** €20,00

Quanto altro non previsto, è a pagamento

**Prenotazione obbligatoria** entro il giorno 11/02/2013

[info@societavegetariana.org](mailto:info@societavegetariana.org)

cell. 347 9521216 - Francesco

cell. 348 1395040 - Vanina