

## **Cena vegan e conversazione tra un piatto e l'altro, al Cannello del Cinabro di Genova**

**Le nostre attività! Guarda.....**

Inviato da : societavegetariana

\_MD\_POSTEDON26/1/2013 10:10:00

### **Genova (Sampierdarena) - 01 Marzo 2013**

**Società Vegetariana** organizza, tramite Kairós, la scuola di cucina internazionale vegan, un incontro con cena vegan al **Cannello del Cinabro**, in Piazza del Monastero 1 (zona ufficio postale, monumento Garibaldi; ampio parcheggio gratuito).

([scarica la locandina](#))

#### **Titolo dell'incontro che accompagna la cena:**

"L'Alimentazione del BuonEssere"

(conversazione, tra un piatto e l'altro, sugli aspetti nutrizionali dell'alimentazione a base vegetale)

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

[leggi l'intero articolo](#)

**Orario:** 20.30

**Costo della cena:** €. 25,00

(compreso cestino di pane e una bevanda: vino, acqua, bibite; quanto altro non previsto, è a pagamento)

**Numero di posti disponibili:** 30

**Prenotazione obbligatoria** entro il giorno 27/02/2013

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

cell. 347 9521216

#### ***il Menu***

##### **Antipasti**

Crostini di pane (farina tipo 2)

Salsa Risonese

Salsa Soianese

Tocchetti di zucca al forno

Insalata mista con semi di lino

##### **Primo piatto**

Spaghetti integrali speziati, con crema di zucchine e grana vegetale

##### **Secondi piatti**

Bocconcini di seitan aromatizzato

Fagottino di cavolfiore con besciamella

##### **Dolce**

Crema pasticcera con biscottini all'orzo

##### **Dopopasto**

Tisana fresca