



Cena **V**egan

Venerdì 01 Marzo 2013 - ore 20:30

al Canello del Cinabro

Piazza del Monastero 1 – Genova Sampierdarena

“L'alimentazione del BuonEssere”

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

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

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 febbraio

info@societavegetariana.org

cell. 347 9521216

In zona è disponibile un ampio parcheggio gratuito

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 pasticceria con biscottini all'orzo

Dopopasto

Tisana fresca