

La cucina vegetale contemporanea

Lablab associazione

Lezione 1 – lunedì 8 aprile 2024

legume goloso e prodotti fermentati

farinata di ceci con cipollotto e
patè di cavolo al miso

orecchiette con cime di rapa e limone fermentato

dahl di lenticchie con curry verde
e cavolo cappuccio fermentato

plumcake veg alle mele e semi di papavero con salsa di kefir di capra

Lezione 2 – lunedì 6 maggio 2024

erbe spontanee, aromatiche e fiori di primavera

tempura di erbe, fiori e vegetali di stagione
con salsa agropiccante

crepelle con ortica, crema di ricotta e pesto di noci

asparagi grigliati e mandorle
con insalatina di crescione e calendula

frittella di frutti rossi, fiori di sambuco e miele

Lezione 3- lunedì 3 giugno 2024

etnico vegetale

babaganoush

gyoza vegani
con salsa shoyu e zenzero

involtini vietnamiti ripieni di frittatina e verdure estive
con intingolo al lime e peperoncino

pudding di riso e cocco con cardamomo e cannella