



03/09/2019

EXPOSICIÓN DE LAS RECETAS DE COCINA EN EL ESPACIO DE ARTE DEL CRPS SANTANDER



Los grupos de cocina del #NCRPS de Santander\$\$ de las sesiones de miércoles y viernes exponen algunas de las recetas elaboradas durante este año.

A lo largo de este año en las sesiones de cocina que se imparten en el centro se han ido realizando muchas y distintas recetas de cocina. Tanto el grupo de los miércoles por la tarde, como el de los viernes por la mañana se han esforzado para elaborar los platos que se exponen, siendo éstos solo una pequeña muestra del trabajo llevado a cabo.

En estas sesiones se aborda la cocina desde un concepto centrado en la utilización de productos frescos y de temporada favoreciendo el consumo de los mismos y una dieta saludable. Al mismo tiempo, se trabajan aspectos básicos de la cocina como son las técnicas, los utensilios, las medidas de seguridad, la higiene o la compra.

Se busca un mayor consumo de productos de la huerta a través de recetas sencillas y diferentes. La idea es que aprendan a cocinar y a comer una dieta variada, introduciendo alimentos que les suelen resultar aburridos o no apetecibles.

Agradecer las aportaciones del #NCentro Ocupacional de ASCASAM\$\$, que nos han facilitado productos de su huerta como puerros, acelgas o berzas. Con estas verduras hicimos algunas elaboraciones que gustaron mucho: un hojaldre de puerros o un arroz con berza y pasas, por ejemplo.

Dar las gracias también a las personas usuarias de la sesión de creatividad que hicieron un cuadernillo para que los participantes de cocina pudieran apuntar las recetas.

Una nueva exposición conjunta para el espacio de arte donde mostrar al resto de compañeros lo que se hace en la actividad de cocina.
