



CUINA DE MERCAT

Millora la teva tècnica culinària: bases, trucs i tècniques professionals a casa (octubre)

Professor: Giuseppe Ponzio [@micoina_chef](#)

Del 6 d'octubre al 3 de novembre

Dimarts, de 19 a 22 h

Preu: 84 € + 59 € material · 5 sessions

Cuina de mercat

(Curs complet. Edició octubre)

Professor: Giuseppe Ponzio [@micoina_chef](#)

Del 9 d'octubre al 6 de novembre

Divendres, de 10.30 a 13.30 h

Preu: 84 € + 59 € material · 5 sessions

Possibilitat d'inscriure's per sessions individuals

Cuina de mercat - Verdures i llegums

9 d'octubre

Preu: 20 € + 14 € material

Cuina de mercat - Carns

16 d'octubre

Preu: 20 € + 14 € material

Cuina de mercat - Peixos

23 d'octubre

Preu: 20 € + 14 € material

Cuina de mercat - Arrossos

30 d'octubre

Preu: 20 € + 14 € material

Cuina de mercat - Pastes

6 de novembre

Preu: 20 € + 14 € material

La cuina del peix: temps d'orada, llobarro i companyia

Professor: Manel Guirado [@manelguirado](#)

Dijous 15 d'octubre, de 19 a 22 h

Preu: 20 € + 18 € material

La cuina del bolet

Professor: Felip Tura [@daddixef](#)

Dissabte 31 d'octubre, de 10.30 a 13.30 h

Preu: 20 € + 15 € material

Carabassa: la reina de la tardor

Professor: Josep Vidal [@josepvidalxef](#)

Divendres 6 de novembre, de 19 a 22 h

Preu: 20 € + 14 € material

Millora la teva tècnica culinària: bases, trucs i tècniques professionals a casa (novembre)

Professor: Giuseppe Ponzio [@micoina_chef](#)

Del 10 de novembre al 15 de desembre

Dimarts, de 19 a 22 h

Preu: 84 € + 59 € material · 5 sessions

Cuina de mercat

(Curs complet. Edició novembre)

Professor: Giuseppe Ponzio [@micoina_chef](#)

Del 13 de novembre a l'11 de desembre

Divendres, de 10.30 a 13.30 h

Preu: 84 € + 59 € material · 5 sessions

Possibilitat d'inscriure's per sessions individuals

Cuina de mercat - Verdures i llegums

13 de novembre

Preu: 20 € + 14 € material

Cuina de mercat - Carns

20 de novembre

Preu: 20 € + 14 € material

Cuina de mercat - Peixos

27 de novembre

Preu: 20 € + 14 € material

Cuina de mercat - Arrossos

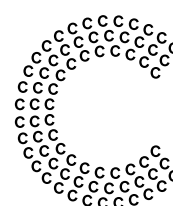
4 de desembre

Preu: 20 € + 14 € material

Cuina de mercat - Pastes

11 de desembre

Preu: 20 € + 14 € material



CENTRES
CULTURALS
DE SANT CUGAT
15 ANYS





PASTISSERIA I REBOSTERIA

Iniciació als pans de massa mare

Professora: Mònica de la Asunción **@bonsfocs**
Dissabte 24 d'octubre, de 10.30 a 14 h
Preu: 26 € + 15 € material

Pans italians

Professora: Mònica de la Asunción **@bonsfocs**
Dissabte 7 de novembre, de 18 a 21.30 h
Preu: 26 € + 15 € material

Pans nòrdics

Professora: Mònica de la Asunción **@bonsfocs**
Dissabte 21 de novembre, de 18 a 21.30 h
Preu: 26 € + 15 € material

TALLERS FAMILIARS

Taller familiar: panellets per al Halloween i la Castanyada!

Professora: Clara Alsina **@clericcookies**
Dissabte 24 d'octubre, de 17.30 a 19.30 h
Preu: 17 € + 9 € material

Taller familiar: sushi!

Professora: Clara Alsina **@clericcookies**
Dissabte 14 de novembre, de 17.30 a 19.30 h
Preu: 17 € + 10 € material

Taller familiar: cuina nadalenca!

Professora: Clara Alsina **@clericcookies**
Dissabte 12 de desembre, de 17.30 a 19.30 h
Preu: 17 € + 8 € material



CENTRES
CULTURALS
DE SANT CUGAT
15 ANYS



CUINA TEMÀTICA

Cuina per a mandrosos

Professor: Josep Vidal [@josepvidalxf](#)
Divendres 23 d'octubre, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 14 € material

Cuina ayurvèdica: l'aliment com a medicina

Professora: Karin Requena
[@karingastroexperience](#)
Dimecres 28 d'octubre, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 17 € material

Prepara el teu quefir probiòtic a casa: salut, benestar i microbiota sana

Professora: Maryna Tsiumentsava
[@marynaprobiotics](#)
Dijous 29 d'octubre, de 19.30 a 21.30 h
Preu: 20 € + 14 € material

Cuina viva de tardor: receptes per al dia a dia, 100% veganes i sense gluten

Professora: Valeria Madonna
[@valeria_cooks_](#)
Dijous 5 de novembre, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 14 € material

Foc, brases i BBQ de tardor

Professor: Manel Guirado
[@manelguirado](#)
Dissabte 7 de novembre, de 10 a 13.30 h
Preu: 26 € + 18 € material

Cuina cromàtica i sostenible: la tardor a taula

Professora: Francesca dos Santos
[@cuinasaludablecesca](#)
Dilluns 9 de novembre, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 12 € material

Arrossos de tardor

Professor: Felip Tura [@daddixef](#)
Dissabte 14 de novembre, de 10.30 a 13.30 h
Preu: 20 € + 15 € material

Cuina per a convidats

Professor: Josep Vidal [@josepvidalxf](#)
Divendres 20 de novembre, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 14 € material

Biohacking: cuina per a viure més y sentir-te millor

Professora: Karin Requena
[@karingastroexperience](#)
Dijous 26 de novembre, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 17 € material

Un menú amb formatge de cabra

Professor: Josep Vidal [@josepvidalxf](#)
Divendres 27 de novembre, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 14 € material

Prepara el teu iogurt probiòtic: salut i benestar per a tota la família

Professora: Maryna Tsiumentsava
[@marynaprobiotics](#)
Dissabte 28 de novembre, de 10.30 a 12.30 h
Preu: 20 € + 14 € material

Receptes "Michelin" fetes a casa

Professor: El Gastronauta [@elgastronauta](#)
Divendres 4 de desembre, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 18 € material

Els secrets de la croqueta

Professor: Felip Tura [@daddixef](#)
Dissabte 5 de desembre, de 10.30 a 13.30 h
Preu: 20 € + 14 € material

Escudella, rostit i canelons: els clàssics del Nadal revisitats

Professor: Manel Guirado [@manelguirado](#)
Dimecres 9 de desembre, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 18 € material

Canelons delicatessen

Professor: Josep Vidal [@josepvidalxf](#)
Divendres 11 de desembre, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 14 € material

Cuina cromàtica i sostenible: un Nadal saludable, equilibrat i sostenible

Professora: Francesca dos Santos
[@cuinasaludablecesca](#)
Dilluns 14 de desembre, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 14 € material

Aperitius de festa

Professor: Josep Vidal [@josepvidalxf](#)
Divendres 18 de desembre, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 14 € material



CENTRES
CULTURALS
DE SANT CUGAT
15 ANYS



ENS MENGEM EL MÓN

Cuina italiana, 100% vegana i sense gluten

Professora: Valeria Madonna [@valeria_cooks_](#)
Dijous 8 d'octubre, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 14 € material

Com a Itàlia: conserves casolanes de la nonna

Professor: Giuseppe Ponzio [@micoina_chef](#)
Dimecres 14 d'octubre, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 12 € material

Bistronomia: el bistró parisi modern fet a casa

Professora: Karin Requena [@karingastroexperience](#)
Divendres 16 d'octubre, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 17 € material

Cuina mexicana: tacos i micheladas

Professor: Mario Adame [@marioadamexperiencias](#)
Dissabte 17 d'octubre, de 10.30 a 13.30 h
Preu: 20 € + 17 € material

Cuina italiana de tardor

Professora: Alessandra Manetti [@manjaretti](#)
Dissabte 17 d'octubre, de 18.30 a 21.30 h
Preu: 20 € + 14 € material

L'Art de l'arròs a Àsia

Professor: Claudio Masala [@dj_masala_travelcook](#)
Dijous 22 d'octubre, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 13 € material

Iniciació al sushi

Professor: Manel Guirado [@manelguirado](#)
Dilluns 26 d'octubre, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 18 € material

Sakura lab: cuina japonesa de tardor

Professora: Karin Requena [@karingastroexperience](#)
Dimecres 11 de novembre, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 18 € material

Cuina persa

Professor: Giuseppe Ponzio [@micoina_chef](#)
Dijous 12 de novembre, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 15 € material

De Tànger a George Town: un viatge gastronòmic de carrer

Professor: Claudio Masala [@dj_masala_travelcook](#)
Dijous 19 de novembre, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 13 € material

Cuina mexicana: aperitius mexicans i margaritas

Professor: Mario Adame [@marioadamexperiencias](#)
Dissabte 21 de novembre, de 10.30 a 13.30 h
Preu: 20 € + 17 € material

Els secrets del ramen

Professor: Manel Guirado [@manelguirado](#)
Dilluns 30 de novembre, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 18 € material

Cuina provençal

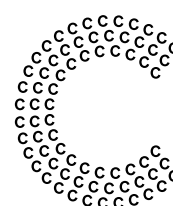
Professor: Claudio Masala [@dj_masala_travelcook](#)
Dijous 3 de desembre, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 13 € material

Cuina mexicana: pozole i margaritas

Professor: Mario Adame [@marioadamexperiencias](#)
Dissabte 5 de desembre, de 18.30 a 21.30 h
Preu: 20 € + 17 € material

Temps de carxofa: sabors del sud d'Itàlia

Professor: Giuseppe Ponzio [@micoina_chef](#)
Dijous 10 de desembre, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 13 € material



CENTRES
CULTURALS
DE SANT CUGAT
15 ANYS





VINS, CERVESES I MARIDATGES

Els vins de la Ribera del Duero

Professor: Manel Guirado [@manelguirado](#)
Dimecres 7 d'octubre, de 19.30 a 22 h
Preu: 17 € + 25 € material

Maridatge a 4 mans: cuina i begudes per a la tardor

Professors: Marc Terrida [@handsoffwines](#) i
Manel Guirado [@manelguirado](#)
Dimecres 21 d'octubre, de 19 a 21.30 h
Preu: 26 € + 22 € material

Maridatge a 4 mans: els vins i la cuina de la Toscana

Professors: Riccardo Greco
[@somabevitoriresistenti](#) i Alessandra Manetti [@manjaretti](#)
Divendres 30 d'octubre, de 19 a 21.30 h
Preu: 26 € + 22 € material

Els fongs: l'essència dels grans formatges

Professor: Kike Ojanguren [@DotzeGraus](#)
Dimecres 4 de novembre, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 17 € material

La mel a 6 mans: producte, cuina i maridatge (amb La Mel)

Professors: Annabel Muñoz i Andreu Alay [@lamel_mel](#) i
Manel Guirado [@manelguirado](#)
Dimecres 18 de novembre, de 19 a 21.30 h
Preu: 26 € + 20 € material

Tast d'ostres maridat (amb Tast de Mar Valldoreix)

Professor: Manel Guirado [@manelguirado](#)
Dimecres 25 de novembre, de 19 a 21.30 h
Preu: 17 € + 15 € material
(+15 € patrocinats per Tast de Mar)
Aquest taller es realitza a la botiga Tast de Mar Valldoreix

Els vins de França: champagne i altres escumosos francesos

Professor: Manel Guirado [@manelguirado](#)
Dimecres 2 de desembre, de 19.30 a 22 h
Preu: 17 € + 35 € material

Maridatge a 4 mans: menú de Nadal amb el celler Art Laietà

Professors: Celler Art Laietà [@artlaieta](#) i
Manel Guirado [@manelguirado](#)
Dimecres 16 de desembre, de 19 a 21.30 h
Preu: 26 € + 25 € material

La taula de formatges perfecta per al Nadal (tast amb maridatge)

Professor: Kike Ojanguren [@DotzeGraus](#)
Dijous 17 de desembre, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 17 € material



CENTRES
CULTURALS
DE SANT CUGAT
15 ANYS





TALLERS Oh!FICINA JOVE

Gratuïts i adreçats a joves de 17 a 29 anys

Cuina sense pares. (entre 14 i 18 anys)

Amb el suport de la Diputació de Barcelona

Grup A

Divendres 2 d'octubre, de 17.30 a 19.30 h

Grup B

Dilluns 5 d'octubre, de 17.30 a 19.30 h

Preu: gratuït

Cuines del món

A càrrec d'alumnes Escola d'Hosteleria

El Rosetó de Sant Cugat

Dilluns 19 d'octubre, de 18 a 20.30 h

Preu: 5 € material

Cuina de tardor

A càrrec d'alumnes Escola d'Hosteleria

El Rosetó de Sant Cugat

Divendres 13 de novembre, de 18 a 20.30 h

Preu: 5 € material

Receptes amb bolets

A càrrec d'alumnes Escola d'Hosteleria

El Rosetó de Sant Cugat

Dissabte 12 de desembre, d'11 a 13.30 h

Preu: 5 € material

Activitats dins del catàleg **Va x tu!**

Inscripcions a joves.santcugat.cat



CENTRES
CULTURALS
DE SANT CUGAT
15 ANYS

