

M In cucina con Joia

Corsi La Scuola Club di Migros Ticino e la Joia Academy di Pietro Leemann lanciano il nuovo Corso di formazione professionalizzante in cucina vegetariana

Oggi il mondo del cibo è attraversato da cambiamenti epocali legati all'emergere di nuovi gusti, sensibilità e valori. In particolare, l'accresciuta consapevolezza rispetto agli impatti delle nostre scelte di consumo e un diffuso desiderio di uno stile di vita più sano ha alzato l'asticella dell'attenzione rispetto a cosa e come mangiamo. Così, abitudini alimentari fino a pochi decenni fa considerate solo di nicchia sono diventate parte integrante della dieta di fasce sempre più ampie di popolazione. È questo il caso, ad esempio, della cucina vegetariana.

Inevitabilmente, però, se cambia la domanda, muta, a cascata, anche l'offerta: attorno a noi sempre più numerosi sono i ristoratori e gli albergatori che decidono di ampliare i loro menù per accontentare una clientela varia, esigente e consapevole.

Da qui la necessità di integrare i percorsi formativi tradizionali con una preparazione specialistica, in grado di fornire ai professionisti del settore le conoscenze e competenze giuste per accompagnare questa trasformazione.

Risponde pienamente a questo obiettivo, il nuovo corso di formazione in ambito vegetariano che la Scuola Club di Migros Ticino lancia in collaborazione con la Joia Academy, istituto indipendente fondato dal maestro Pietro Leemann, primo chef stellato vegetariano e oggi un punto di riferimento riconosciuto a livello internazionale per la cucina vegetariana gourmet.

Il corso – che replica la proposta di successo ormai consolidata della Joia Academy – si struttura in 11 lezioni per un totale di 55 ore-lezione.

Destinata a professionisti del settore e a coloro che hanno conseguito diplomi in ambito culinario, la proposta vedrà anche la presenza dello chef Sauro Ricci, Chief Executive e Diret-

Pietro Leemann,
Chef stellato
vegetariano.
(L. Elio)

tore didattico della Joia Academy accanto agli altri Chef del ristorante stellato Joia di Milano.

Durante il percorso – che incomincerà il 5 novembre – verranno approfonditi numerosi argomenti: dalla pasta con e senza glutine alle proteine, dalla cottura delle verdure alla cucina macrobiotica, fino alle basi della pasticceria vegan.

Si tratta di un'occasione davvero unica per acquisire, fianco a fianco con grandi professionisti del settore, una formazione specialistica in ambito vegetariano.



Formazione professionalizzante di 1mo livello con Joia Academy

Dal 5 novembre 2018
al 20 maggio 2019
11 incontri di lunedì / Fr. 2500.-
Orario: 10.00 - 14.50
Scuola Club Migros Ticino, sede di Lugano (via Pretorio 15)

Contenuti:

- Gli ingredienti della cucina vegetariana e la pratica sui tagli delle verdure
- I fondi, le basi e zuppe
- Le salse salate e dolci
- La cottura delle verdure
- Cereali e le loro declinazioni
- Le proteine e la loro autoproduzione
- La pasta con e senza glutine
- Le basi della panificazione con la pasta madre e il pane senza glutine
- I fermentati e le loro applicazioni
- La cucina macrobiotica in chiave gourmet
- Le basi della pasticceria vegan

Iscrizioni e informazioni:

091 821 71 50
scuolaclub.lugano@migrosticino.ch
www.scuola-club.ch



Per donne con idee e curiosità

FORUM elle Riprende l'attività autunno-inverno del Club di Migros dedicato ai temi al femminile

È stato pubblicato negli scorsi giorni il programma da ottobre 2018 a fine gennaio 2019 di FORUM elle Ticino, l'organizzazione femminile di Migros attiva anche nel nostro cantone e coordinata da Gaby Malacrida. L'agenda delle attività contiene come sempre un ampio ventaglio di proposte, che vanno dall'intrattenimento puro (partecipazione a spettacoli teatrali e passeggiate) a momenti di incontro con personaggi pubblici, visite guidate ad

esposizioni e molto altro. Le presentazioni specifiche di ognuno degli appuntamenti è pubblicata online sul sito ufficiale dell'organizzazione, www.forum-elle.ch, nella rubrica dedicata alla Sezione Ticino.

Ricordiamo che, per iscriversi ad alcuni degli eventi organizzati in esclusiva da Forum elle Ticino, sarà necessario, anche in futuro, spedire alla segretaria Simona Guenzani, il tagliando debitamente compilato uni-

tamente alla quota d'iscrizione di CHF 10.-, (solo quando specificato nella locandina). La quota d'adesione verrà rimborsata, sotto forma di carta regalo Migros/Forum elle, a tutte le socie che parteciperanno, nel corso dell'anno, a un minimo di 5 eventi. Per tutte coloro che parteciperanno a un numero superiore verrà rimborsato il valore corrispettivo, sempre sotto forma di carta regalo Migros/Forum elle (5 eventi = CHF 50.-; 7 eventi = CHF 70.-, ecc.).



La regista e giornalista sarà ospite della prima serata della stagione. (rsi.ch)

Il Programma

Martedì 9 ottobre, 17.30
Suitenhotel Parco Paradiso – Lugano Paradiso
Incontro con Loretta Dalpozzo, giornalista, regista e produttrice

Mercoledì 10 ottobre, 14.30
Giovedì 25 ottobre, 14.30
MASILugano (LAC)
Magritte – La Ligne de Vie

Venerdì 16 novembre, 20.45
Teatro Sociale Bellinzona
Notte di follia

Mercoledì 21 novembre, 14.30
Visita Associazione Archivi Riuniti delle Donne Ticino

Giovedì 29 novembre, 14.30
Ristorante La Perla S. Antonino
Incontro con Franca Canevascini

Domenica 9 dicembre, 16.00
LuganoInscena – Sala Teatro LAC
Gardi Hutter – Gaia Gaudi

Giovedì 13 dicembre, 14.30
Visita alla JOWA
di Sant'Antonino

Giovedì 17 gennaio 2019, 18.00
Suitenhotel Parco Paradiso
Fare shopping con lo...psicologo
Incontro con Antonella Marzo Cantarelli

Domenica 27 gennaio 2019
LuganoInscena – Sala Teatro LAC
GREASE – il musical

Tutti gli incontri ed eventi sono aperti ad amiche/amici o simpatizzanti. Maggiori informazioni nelle locandine, scaricabili anche online all'indirizzo www.forum-elle.ch, rubrica Ticino, incluso formulario d'adesione.

Incontro con Loretta Dalpozzo

Una giornalista e produttrice ticinese che dagli schermi della RSI ci regala ha proposto importanti interviste (tra cui quella con Roger Federer, dopo la sua ultima vittoria storica agli Australian Open). Loretta, nata e cresciuta a Mendrisio, ha conseguito un master in giornalismo e letteratura italiana all'Università di Losanna. Dopo un soggiorno di 7 anni a Londra, in cui ha intrapreso la sua carriera televi-

siva, si è trasferita a Singapore dove vive con la famiglia. Ha realizzato centinaia di servizi per il telegiornale e decine di approfondimenti in 17 paesi diversi. Insieme a Michèle Volonté ha recentemente prodotto e diretto un documentario sull'architetto Mario Botta. L'incontro, aperto a socie e simpatizzanti, si concluderà con un aperitivo.