

Per sostenere le nostre attività:

Dona tramite bonifico bancario
IT42H0538712900000001028389

*Destina il tuo 5x1000 indicando nella
dichiarazione dei redditi il codice
fiscale dell'associazione:*

94091310360



ASSOCIAZIONE DIFFERENZA MATERNITÀ

Via del Gambero, 77

41124 Modena

Tel. 059/271087 — 340 8613834

Email: differenza.maternita@gmail.com

Sito web: www.informanascita.com



L'Associazione Differenza Maternità

ospita

MANI IN PASTA

Laboratorio di panificazione naturale

A cura di

Giorgia Garuti e Maria Cecilia Castagna

Sabato 30 Settembre 2017—ore 16

Via del Gambero 77, Modena



Il laboratorio è a cura di Giorgia Garuti e Maria Cecilia Castagna, esperte di panificazione naturale e autrici del libro **“Mani in pasta. Fare pane e pizza con la lievitazione naturale”** (Infinito Edizioni, 2017).



Giorgia Garuti. Appassionata di cucina e panificazione naturale, dopo la laurea in Chimica e tecnologie farmaceutiche ha lavorato per diversi anni in farmacia, interessandosi soprattutto di omeopatia e fitoterapia. Lavora in proprio, gestendo insieme a due socie Mangianatura, laboratorio di cucina naturale, e tenendo corsi di cucina e di panificazione con la pasta madre.

Maria Cecilia Castagna. La storia e le relazioni internazionali la portano alla laurea in Scienze politiche; l'amore per la letteratura e per la lettura la spingono a realizzare, insieme a Luca Leone, un meraviglioso sogno chiamato "Infinito edizioni". Mettere le mani in pasta soddisfa la sua passione per la cucina.



Laboratorio **“Mani in pasta”**

Mani in pasta: che cos'è

Acqua, farina e un pizzico di magia: da questi semplici ingredienti nasce e prende forma la pasta madre, una lievitazione lenta, ricca di elementi, sana e con caratteristiche uniche, ognuna legata al tipo di pasta madre utilizzata.

Come si produce la pasta madre? Come si mantiene e come si usa la pasta madre? Per quali ricette è indicata e con quali farine si abbina meglio? Queste sono le domande base di chi si avvicina per la prima volta a un metodo di panificazione che ritrova i tempi e i profumi della tradizione.

Durante il laboratorio verrà spiegato o come produrre da sé la pasta madre, come mantenerla e come usarla al meglio. Ci sarà una dimostrazione pratica di un rinfresco della pasta madre e ai partecipanti verrà regalata un po' di pasta madre da portare a casa: sarà un'ottima base di partenza per delle prime ricette, sane e gustose. Insieme alla pasta madre i partecipanti riceveranno una guida preziosa, il libro **Mani in pasta**, dove chi avrà seguito il laboratorio potrà trovare ricette, consigli e approfondimenti sulla pasta madre.

A chi si rivolge:

Il laboratorio **Mani in pasta** si rivolge a tutti quelli che sono incuriositi dalla pasta madre, che vogliono riscoprire un metodo antico di lievitazione e panificazione e che vogliono prendersi cura in maniera più consapevole della propria salute e di quella dei loro cari.

Laboratorio **soggetto a iscrizione** (min. 5 — max 20 partecipanti) e **a pagamento** (15 € a persona, comprensivi di una copia del libro **Mani in pasta**). **Durata: 2 ore.**

Per iscrizioni scrivere a: differenza.maternita@gmail.com.