

# Cucina a base di pesce

## Il pesce: antipasti, primi e secondi



Il **corso di cucina sul pesce** è articolato in 5 incontri dove il protagonista indiscusso sarà il pesce!

Il pesce è sicuramente uno dei cibi più digeribili, salutari ed appetitosi ma, spesso, si rinuncia ad acquistarlo e cucinarlo per questioni di praticità e anche di budget.

Il corso offre la possibilità di imparare a conoscere e cucinare le principali specie ittiche comunemente in commercio; come si riconosce un prodotto ittico di buon livello, quali sono i trucchi per pulirlo e sfilettarlo e quali sono le tecniche gastronomiche che meglio si adattano alle varie tipologie di pesce.

Una particolare attenzione verrà poi dedicata alle specie ittiche meno comuni ma di grande pregio che permettono di fare attenzione alla salute con un occhio attento anche al portafoglio.

**Il corso pratico della durata di 5 incontri** affronterà le seguenti tematiche:

## Programma corso

**1° lez.** Pulizia, sfilettatura e tecniche di cottura del pesce

**2° lez.** Polpi, seppie e calamari: dai brodetti alle gratinature

**3° lez.** Molluschi: tecniche di pulizia e ricette tradizionali

**4° lez.** Primi piatti a base di pesce

**5° lez.** Menu di pesce dalla A alla Z

### ISCRIZIONI APERTE

**INIZIO CORSO: giovedì 22 settembre e 27 ottobre 2022 ore 20,15**

Rilascio  
ATTESTATO DI  
FREQUENZA  
valido come credito  
formativo/scolastico

Per info ed iscrizione ai corsi del circolo agorà  
segreteria: via Bovio 48, Pisa.  
dal LUNEDI' a VENERDI' – 9.30-12.30 / 16.30-19.30  
agorapi@officinaweb.it tel. 050.500442 – 338.3614966