

# Cucina a base di pesce



# CUCINA DI 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, quali le tecniche gastronomiche che meglio si adattano alle varie tipologie di pesce. Una particolare attenzione verrà dedicata alle specie ittiche meno comuni ma di grande pregio che permettono di fare attenzione alla salute con un occhio al portafoglio.

- Lezione 1** Pulizia, sfilettatura e tecniche di cottura del pesce
- Lezione 2** Polpi, seppie e calamari
- Lezione 3** Pesce azzurro, come riconoscerlo e cucinarlo
- Lezione 4** Primi piatti a base di pesce
- Lezione 5** Menu di pesce dalla A alla Z.

I corsi si terranno a Pisa, via Bovio 19



**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, quali le tecniche gastronomiche che meglio si adattano alle varie tipologie di pesce.**

**PARTENZA MARZO GIOVEDÌ' 6 h.**

# 20.15

## **PARTENZA APRILE VENERDI' 18 H.20.15**

**Per info e iscrizioni:**

rivolgersi al Circolo Agorà Via Bovio n. 19 Pisa.



Orario segreteria: dal lunedì'  
al venerdì dalle ore 9.00-12.30 / 14.00- 18.00

Mail: [agorapi@officinaweb.it](mailto:agorapi@officinaweb.it)

Tel. 050.500442 – 3455838552

Per partecipare ai nostri corsi occorre essere in possesso di tessera ARCI.

Tessera ordinaria 18 euro– Sostenitore 30 euro

Per iscrizioni con bonifico bancario iban: IT  
48Z0538714000000047326027