

NOTA DE PRENSA

Los mercados municipales dan la bienvenida al verano con talleres de cocina infantil en Ermitagaña el 16 de junio y en Ensanche el día 23 con recetas frescas y saludables

Abiertas las inscripciones en el teléfono 010 o 948420100 con un precio de 2 euros por menor

Los mercados municipales de Ermitagaña y el Ensanche darán la bienvenida al verano el viernes 15 de junio con reparto de flores gratuito entre la clientela para agradecer su fidelidad. El programa de actividades también incluye talleres de cocina infantil en Ermitagaña el sábado 16 de junio y en Ensanche el día 23 en los que se aprenderá a elaborar recetas con productos frescos y saludables. Ya están abiertas las inscripciones para los talleres en el Teléfono de Atención Ciudadana 010 (948420100 desde móvil, fuera de Pamplona o tarifa plana). Tienen un precio de 2 euros por menor.

Los dos talleres están dirigidos a menores de entre 8 y 12 años. Comenzarán a las once y media de la mañana y finalizarán sobre la una de la tarde. Los impartirá el cocinero y nutricionista Juan Carlos Fernández, quien en esta ocasión ha apostado por un menú saludable y veraniego pensando que en la época estival también se pueden mantener los buenos hábitos alimenticios comiendo rico y sabroso. Con el lema 'Alimentos frescos y sanos para aguantar bien el verano' transmitirá que con la llegada del calor, la hidratación y los nutrientes que hay que obtener de los alimentos toman mayor relevancia. Por eso recordará que es importante tener en cuenta productos frescos, locales y de temporada que pueden encontrarse en los mercados municipales.

A la hora de elegir las recetas otro factor que ha tenido en cuenta Juan Carlos Fernández es que el verano es época de estar en la calle o en la piscina por lo que la propuesta que plantea es sencilla de elaborar sin necesidad de pasar muchas horas en la cocina. Los participantes aprenderán de primer plato a hacer un variado de gazpacho con tomate, remolachas y sandía; de segundo, melón planchado con jamón y sus perlititas y de postre fruta y queso con D.O. Roncal.

Pamplona, 8 de junio de 2018

Página 1 de 1

