

# olVIDate de cocinar!

## Demo de Raw Food, COMIDA CON VIDA

Comiendo de una forma sana nunca ha sido tan delicioso Y FACIL!!!!

Este taller incluye: La filosofía de la comida con vida  
Porque crudo?  
QUE utensilios y maquinaria SON necesaria para tu cocina cruda?

Aprenderás:

- Como hacer leche sin productos lácteos empleando semillas y nueces
- Como crear una sopa cremoso y delicioso en menos de 10 minutos
- Como convertir semillas y nueces en unas patees deliciosos llenos de proteína
- Como transformar el zucchini (los calabacines) en pasta sin almidón!!
- Como hacer el mejor helado del mundo sin lácteos, azúcar, conservantes, ni colorantes!

### Menú

Leche de almendras  
Crema de calabacín  
Patee de 'atún' sin pescado  
'Espagueti' marinara  
Helado de plátano

29 Mayo de 2011

Horario 10 a 13.00

Lugar Puerto Portals

Precio 65 euros

Precio antes del 14 mayo 50€

Clase impartido por Beverley Pugh. Pionera, terapeuta y profesora de muchas artes. Educadora de la salud del instituto Hipócrates (Florida), el spa de la salud número 1 en el mundo, chef y instructora de las artes culinarios del Instituto de la Luz California, el número 1 reconocido en el mundo de los alimentos crudos, chef y instructora de la escuela de alimentos crudos Alissa Cohen USA, maestra de reiki, renacedora y reflexóloga. Beverley piensa que somos el resultado de lo que comemos. A consecuencia lleva 9 años y medio alimentándose de alimentos crudos y a través de sus clases quiere transmitir el arte del rejuvenecimiento, longevidad y vitalidad. Sus clases se imparten con una abundancia de amor y gratitud.



beverley pugh  
pure passion for life

[www.purepassionforlife.com](http://www.purepassionforlife.com)  
[beverley@purepassionforlife.com](mailto:beverley@purepassionforlife.com)  
+34 629 867 785