



Politécnico  
Internacional  
*Toda una experiencia*

## TALLER GASTRONÓMICO COCINA SALUDABLE

Objetivo

Aprende a preparar platos deliciosos con alimentos naturales en el taller de COCINA SALUDABLE. Descubre cómo elaborar opciones rápidas y variadas.



**FECHA: 26 DE NOVIEMBRE DE 2024**

**DURACIÓN: 32 HORAS**

**HORARIOS: SÁBADOS DE 8:00 A.M.**

**A 2:00 P.M. Y ENTRE SEMANA**

**MODALIDAD: PRESENCIAL**

## **COMPETENCIAS ADQUIRIDAS**

**EL POLITÉCNICO INTERNACIONAL HA DISEÑADO UN PROGRAMA QUE LE PERMITA A LAS PERSONAS CONVERTIR SU PASIÓN EN SU PROFESIÓN Y POR ENDE EN SU PROYECTO DE EMPRENDIMIENTO.**



# CONTENIDOS DEL DIPLOMADO



I

## **Desayunos**

Huevos pochados con salmón ahumado  
Muffin de avena y banano  
Parfait  
Elaboración de leche de chía y avena

II

## **Panes Integrales y Galletas**

Pan de molde integral  
Pan de centeno con semillas de amapola  
Galletas de avena, ajonjolí

III

## **Ensaladas y Vinagretas**

Ensalada Cesar con proteína  
Ensalada Nicoise  
Ensalada de camarones y naranja

IV

## **Pasabocas y Canapés**

Elaboración de pan integral para tostadas. Tomate florentino, canapés de vegetales asados sobre tostón de pan integral.



# CONTENIDOS DEL DIPLOMADO



V

## **Potajes y Carnes Blancas**

Potaje de garbanzos

Ratatouille

Spaghetti integrales en salsa pesto

VI

## **Sopas, Cremas y Pescados**

Zanahoria y aceite de perejil

Trucha al papillote

Quinotos de pimentón y camote asado

VII

## **Mariscos**

Brochetas de langostinos y vegetales

Arroz integral con titote

Ensalada de calamares y quinoa roja

VIII

## **Postres**

Tartaleta de crema de limón

Turrone de almendras y pistachos

Cupcakes saludables





## BENEFICIOS DE ESTUDIAR CON NOSOTROS

- Ingredientes - Certificado** ●
- Degustaciones** ●
- Uniforme por pronto pago** ●

## FORMAS DE PAGO



Contado



Tarjeta  
débito



Tarjeta de  
crédito



Financiación  
con  
entidades  
bancarias



Cesantías



**¡GRACIAS POR SU ATENCIÓN!**

**¿ALGUNA INQUIETUD?**

**CONTÁCTENOS**

**60-795 0000**

**WWW.POLITECNICOINTERNACIONAL.EDU.CO**



**Politécnico  
Internacional**  
*Toda una experiencia*