

Koken en tafelen met Maria

Als geboren Spaanse is Maria een deskundige op het gebied van Spaans koken. Daarnaast heeft Maria een gave voor het sfeervol dekken van tafels.

Voeg daar haar vrolijke en inspirerende karakter aan toe en U heeft de ingrediënten voor een heerlijke- en ontspannen avond.

Maria organiseert de kookworkshop voor zowel kleine groepjes waarbij U zich individueel inschrijft als ook voor grote groepen. Bij dit laatste kunt U denken aan bedrijfsuitjes.



Mediterraans koken met Maria



Wilt U meer informatie of aanmelden, neemt U dan contact op met:

Maria Parra

Telefoonnr.: 0575-522592

Mobielnr.: 06-24412238

E-mail: m-parra@live.nl

Mediterraans koken met Maria



Wat kunt u verwachten:

- Kookworkshop op eigen- of bedrijfslocatie
- Cursussen
- Verzorgen van Tapas buffet
- Combinatie met wijnproeverij bij een Achterhoeks Wijngoed
- Tevens verkoop van Olijfolie extra virgen uit Andalusia.

Ook voor thema's en relatie geschenken

Thematisch koken:

- Kerst diner en paasbrunch.
- Doop of verjaardagen.
- Een leuk avondje uit met vrienden of familie.

Verzorgen van relatie geschenken:

- Lifestyle producten.
- Samenstellen van relatiegeschenken.



De Recepten

De recepten zijn precies zo samengesteld dat ze een uitstekende kwaliteit waarborgen, zonder onnodige toevoegingen. Dit resulteert in ongecompliceerde, maar vooral ook, buitengewoon smakelijke gerechten.

Voorbeeld recept: Allioli (knoflooksaus)

Ingrediënten:

2 teentjes knoflook, fijngehakt

1 ei

peterselie

1 eetlepel azijn

± 200ml zonnebloemolie

Zout

Bereidingswijze:

In een maatbeker doet u de azijn, het ei, vleugje zout en de knoflook.

Met de mixer goed mengen, onder het mixen doet u beetje bij beetje de zonnebloemolie erbij. Wanneer het mengsel een dikte heeft van mayonaise doen we de peterselie erbij. Verder kunt u het nog verder op smaak brengen door nog wat zout toe te voegen.

Tips:

- Deze saus kunt u heel goed gebruiken bij o.a. gegrild vlees.
- De saus is ook lekker om zo te eten met bijv. stokbrood.

Olijfolie en uw gezondheid

- Beperkt risico op hart en vaatziekten
- Bevat vitamine E en oleïnezuur
- Uitstekend verteerbaar
- Gunstige uitwerking op de galblaas
- Bevat elementen tegen botontkalking
- Draagt bij om atherosclerose te voorkomen
- Heilzame rol tegen vroegtijdige veroudering.

