

EN DIRECTO

Los universitarios cambian las aulas por los fogones

Veinte alumnos del campus ourensano comenzaron ayer un taller de cocina saludable y económica

María Novoa | 2/3/2010

Valoración ★★★★★ (5 votos)



El cocinero, Isaac Martín, fue el encargado de dar la primera clase a los universitarios | MIGUEL VILLAR

Veinte universitarios cambiaron ayer las aulas por los fogones. El objetivo era aprender a elaborar platos que, con poco tiempo y a un precio económico, les permita mantener una dieta sana rompiendo con el tópico de que los jóvenes se alimentan mal.

La asociación universitaria Cuco, en convenio con la asociación gastronómica As Ortigas, es la encargada de desarrollar este taller de cocina para jóvenes universitarios en el campus de Ourense. Las clases se imparten en la residencia universitaria As Burgas de la mano de Martín Álvarez, cocinero y presidente de As Ortigas.

El coordinador del curso, Jonathan Domínguez, indicó: «La idea es tener nociones básicas de cómo elaborar menús saludables, teniendo en cuenta la elección adecuada de los alimentos según la temporada, y las necesidades nutricionales. Tampoco nos olvidamos de que sea a un precio asequible para el bolsillo de los universitarios».

El curso recibió una gran aceptación, ya que se cubrieron las veinte plazas ofertadas y muchos alumnos quedaron en lista de espera para futuras ediciones.

La primera clase empezó con un menú, que constaba de pollo con champiñones y crema de quesitos con arroz **pilaf**. De postre había melocotones flameados. En las siguientes sesiones se elaborarán menús con pescado, carne, pasta, conservas y platos que sugieran los alumnos.

Todas las recetas estarán disponibles en Internet, ya que podrán visionarse en la web de la asociación

Una de las alumnas, Laura Berroteran, es estudiante y vive con sus padres. En el primer día del curso destacó su carácter práctico: «Es la primera vez que oigo hablar de este tipo de cursos y me parece interesante para saber cosas básicas de la cocina. Espero que me sea útil para el futuro».

Además de enseñar a cocinar, en el curso se darán clases de diversas técnicas culinarias, manejo de utensilios y electrodomésticos. También habrá una parte que estará destinada al protocolo que debe seguirse en la mesa. La próxima lección será en un supermercado de la ciudad para que los universitarios aprendan a comprar los mejores productos a un buen precio.

Noticias + vistas

Videos

Álbums

1. Un hombre disfrazado de radar «fijo-móvil» se «hincha» a poner multas en Narón
2. Detenido un ferrolano que entró en casa de una vecina y abusó de ella cuando dormía con su marido
3. «Sigo sendo a mesma de sempre»
4. El invierno desborda los embalses
5. Las palabras de Rosa Díez provocan abandonos en UPyD de Galicia