

*L'ALIMENTAZIONE E  
LA CUCINA NATURALE  
PER LA SALUTE*

*L'associazione culturale Gioia di Vivere nasce nel 1992, fondata da Marina e Nicola Daniele, insegnanti di Alimentazione e Terapie Naturali, diplomati nel 1976 presso il Centro Studi Discipline Universali PAKUA' di Napoli. Specializzati in Alimentazione Naturale, Macrobiotica e Cucina Curativa presso la fondazione EST-OVEST di Firenze. L'ass. cult. Gioia di Vivere da anni diffonde i principi dell'Alimentazione e delle Terapie Naturali, per la salute dell'uomo nel rispetto dell'ambiente. Parte integrante degli obiettivi dell'associazione è la formazione di Cuochi Naturali che siano in grado di cucinare in modo sano, equilibrato, gustoso e fantasioso. Grazie ad un vasto programma, la scuola intende formare gli allievi con una preparazione completa, teorico-pratica, per un ottimo inserimento nel mondo del lavoro in campo naturale.*

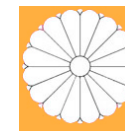
*La scuola di Alimentazione e Cucina Naturale "Gioia di Vivere" offre la possibilità, a chiunque sia interessato, di formarsi come Pasticciere Naturale, Vegetariano, Vegano, Macrobiotico...*

*Una buona preparazione sarà la garanzia per inserirsi con successo nel settore naturale.*

*I corsi curati da insegnanti con esperienza trentennale saranno strutturati sia in proposta week-end che full-immersion, che in lezioni infrasettimanali.*

*Anche in formula privata.  
E' previsto un diploma finale.  
La scuola è riservata ai soci.*

*GIOIA DI VIVERE*



*SCUOLA DI  
PASTICCERIA  
NATURALE*



*Ass. cult. Gioia di Vivere  
via del Francia 95 S. Macario in Monte  
LUCCA tel. 0583.327198 3480318077  
info@gioiadvivere.it www.gioiadvivere.it*

# SCUOLA DI PASTICCERIA NATURALE

## PROGRAMMA

La Scuola di Pasticceria Naturale "Gioia di Vivere" è un'ottima occasione per imparare a preparare dolci buoni, sani e dall'aspetto curato e invitante.

Essa è diretta sia ad appassionati che desiderino avvicinarsi ad una pasticceria leggera e gratificante, che agli operatori del settore che intendano specializzarsi in Pasticceria Naturale. Si tratta di una Scuola di formazione per Pasticcieri Naturali, che apprenderanno la pasticceria biologica, vegetariana, macrobiotica, vegan... I dolci saranno preparati con dolcificanti, farine, lieviti, latte vegetale, grassi ed altri ingredienti assolutamente naturali. La Scuola prevede un programma molto ricco che parte dalle basi della pasticceria naturale, in modo da essere accessibile a tutti. Gli argomenti sono suddivisi in settori a tema.

Impasti di base

- PASTA BRIOCHE:  
cornetti, brioches, buccellato
- PASTA STRUDEL:  
strudel di mele, biscottini
- PASTA FROLLA:  
torte con i becchi, creme,  
crostata di frutta fresca
- PASTA SFOGLIA:  
millefoglie crema Chantilly...
- PASTA FILLO:  
triangoli e involtini farciti...
- PASTA BIGNÉ:  
eclairs al caffè e bignè
- BISCOTTI E CANDITI:  
biscotti speziati, al miglio,  
all'uvetta, ai fiocchi d'avena
- DOLCI AL CUCCHIAIO 1:  
budino di soia ai mirtili,  
tiramisù, vellutata di frutta,  
croccante e nutella naturale
- BISCOTTI E PASTICCINI:  
cantuccini, pasticcini,  
plum-cake, muffin...

- DOLCI PER LE FESTIVITÀ:  
Panettone, Panforte, Colomba
- DOLCI PER ALLERGIE  
E INTOLLERANZE:  
torta soffice con frutta,  
crepes senza glutine, fagottini,  
crumble di mele per celiaci...
- DOLCI AL CUCCHIAIO 2:  
cheese-cake di soia con gelatina  
di frutta, tiramisù vegan,  
mousse e bavarese
- DOLCI CON I CEREALI:  
dolce ai fiocchi, crema di miglio,  
crostata di pere con i fiocchi,  
torta di riso alle mandorle
- DOLCI SPECIALI DECORATI:  
Pan di Spagna farcito di crema,  
Pan di Spagna vegan con crema  
all'arancia, torta Sacher
- SORBETTI, GRANITE, GELATI,  
GELATI CON LO STECCO:  
sorbetto alla frutta, stecco  
glassato e pralinato, gelati di:  
riso, mandorle, cioccolato.