



| LOCALITÀ   | DOCENTE  | DURATA | ORARIO    | INIZIO      | TASSA              |
|--|--|--------|-----------|-------------|--------------------|
| <b>ENOLOGIA E ALTRE BEVANDE</b>                  |  |        |           |             |                    |
| <b>Alla scoperta dei vini: il Barolo</b>         | Un profumo intenso e persistente, un colore rosso granato con riflessi e un gusto potente ed elegante. Conosciamo meglio questi vini piemontesi. Sono richiesti fr. 50.– supplementari per i vini.   |        |           |             |                    |
| Lugano 2   | <i>Iscrizioni a Angela Besomi — 079 560 54 45 — cpa.besomi@gmail.com</i>   |        |           |             |                    |
|  | S. Angioletti  | 1      | martedì   | 20.00-22.30 | 17 aprile fr. 45.– |
| <b>Birre: le acide</b>                           | Una birra dal difficile approccio che poi ti appassiona! È prevista una degustazione guidata di 5-6 birre e la compilazione delle schede tecniche. Sono richiesti fr. 25.– supplementari per le birre.   |        |           |             |                    |
| Lugano 2   | <i>Iscrizioni a Angela Besomi — 079 560 54 45 — cpa.besomi@gmail.com</i>   |        |           |             |                    |
|  | R. Storni  | 1      | giovedì   | 20.00-22.30 | 26 aprile fr. 45.– |
| <b>Birre: speciale Inghilterra</b>               | L'affascinante mondo della birra inglese... Tecnica e scheda di degustazione (esame visivo, olfattivo, gustativo, giudizio critico). Le materie prime, la produzione e gli stili. È prevista una degustazione guidata di 5-6 birre e la compilazione delle schede tecniche. Sono richiesti fr. 25.– supplementari per le birre.  |        |           |             |                    |
| Lugano 2   | <i>Iscrizioni a Angela Besomi — 079 560 54 45 — cpa.besomi@gmail.com</i>   |        |           |             |                    |
|  | R. Storni  | 1      | giovedì   | 20.00-22.30 | 22 marzo fr. 45.–  |
| <b>Chat, wine &amp; food: sweet combinations</b> | Sono richieste conoscenze di base dell'inglese. Vino dolce con cibo salato e dolce: provate questo stuzzicante abbinamento! I partecipanti potranno conversare tra loro e con la docente nella lingua di Shakespeare. Si degustano 4-5 vini abbinati al cibo. Sono richiesti ulteriori fr. 25.– per gli alimenti e i vini.   |        |           |             |                    |
| Lugano 2   | <i>Iscrizioni a Angela Besomi — 079 560 54 45 — cpa.besomi@gmail.com</i>   |        |           |             |                    |
|  | N. Deganis   | 1      | mercoledì | 19.00-22.00 | 18 aprile fr. 50.– |
| <b>Chicchintazza</b>                             | Questo è un corso indirizzato a tutti gli amanti del caffè! Ci si addenterà in questo affascinante mondo, degustandone diversi tipi e abbinando il cibo. Si scopriranno sapori nuovi e si capirà come selezionare un prodotto di qualità rispetto ad un altro. Si imparerà ad affinare gusto e olfatto per conoscere meglio i vari caffè del mondo, le origini e i profumi. Più fr. 15.– per gli alimenti. |        |           |             |                    |
| Minusio  | <i>Iscrizioni a Gabriella Sguoto — 078 600 33 67 e 091 743 33 67 — cpa.sguoto@gmail.com</i>  |        |           |             |                    |
|  | M. Saber   | 1      | sabato    | 09.00-12.30 | 17 marzo fr. 50.–  |
| <b>Conoscenza dei vini ticinesi pregiati</b>     | Viaggio attraverso le zone viticole e i vitigni del Ticino. Degustazione di cinque vini ticinesi importanti di diversi produttori locali. Sono richiesti fr. 50.– supplementari per i vini.  |        |           |             |                    |
| Lugano 2   | <i>Iscrizioni a Angela Besomi — 079 560 54 45 — cpa.besomi@gmail.com</i>   |        |           |             |                    |
|  | S. Angioletti  | 1      | martedì   | 20.00-22.30 | 24 aprile fr. 45.– |
| <b>Degustazione di vini spagnoli</b>             | Degustazione alla scoperta dei vini spagnoli. Sono richiesti fr. 30.– supplementari per i vini.  |        |           |             |                    |
| Arbedo-Castione                                  | <i>Iscrizioni a Roberta Del Don — 079 739 91 37 — cpa.deldon@gmail.com</i>   |        |           |             |                    |
|  | E. Mozzini<br>Sede a Bellinzona.   | 1      | martedì   | 20.00-22.30 | 24 aprile fr. 45.– |
| Lugano 2   | <i>Iscrizioni a Angela Besomi — 079 560 54 45 — cpa.besomi@gmail.com</i>   |        |           |             |                    |
|  | E. Mozzini   | 1      | lunedì    | 20.00-22.30 | 23 aprile fr. 45.– |
| Minusio  | <i>Iscrizioni a Gabriella Sguoto — 078 600 33 67 e 091 743 33 67 — cpa.sguoto@gmail.com</i>  |        |           |             |                    |
|  | E. Mozzini   | 1      | martedì   | 20.00-22.30 | 15 maggio fr. 45.– |
| <b>I distillati di... vini</b>                   | Ci si addentra nel mondo dei distillati scoprendone le caratteristiche. Degustazione di Cognac, Armagnac e altri. Sono richiesti fr. 50.– supplementari per i distillati.  |        |           |             |                    |
| Bodio  | <i>Iscrizioni a Maria Teresa Citino — 091 873 20 82 (uff.) e 079 206 33 67 — cpa.citino@gmail.com</i>  |        |           |             |                    |
|  | G. Fontana   | 1      | lunedì    | 20.00-22.30 | 23 aprile fr. 45.– |
| Gambarogno                                       | <i>Iscrizioni a Jacqueline Rohrer — 076 379 09 57 — cpa.rohrer@gmail.com</i>   |        |           |             |                    |
|  | G. Fontana   | 1      | martedì   | 20.00-22.30 | 6 marzo fr. 45.–   |

| LOCALITÀ  | DOCENTE  | DURATA      | ORARIO      | INIZIO      | TASSA    |
|---|--|-------------|-------------|-------------|----------|
| <b>Il Piemonte nel bicchiere</b>                | Viaggio attraverso i vitigni del Piemonte e le loro diversità. Conosciamo meglio i vitigni autoctoni di questa regione d'Italia. Più fr. 40.– per i vini.  |             |             |             |          |
| Bodio   | <i>Iscrizioni a Maria Teresa Citino — 091 873 20 82 (uff.) e 079 206 33 67 — cpa.citino@gmail.com</i>  |             |             |             |          |
|   | G. Fontana   | 2 lunedì    | 19.30-22.30 | 5 marzo     | fr. 75.– |
| <b>Vini bianchi ticinesi</b>                    | Il vino ticinese è sinonimo di qualità... peccato non conoscerlo meglio! Percorso di degustazione attraverso le zone vitivinicole, i vitigni e i vini bianchi del Ticino. Sono richiesti fr. 30.– supplementari per i vini.  |             |             |             |          |
| Lodrino   | <i>Iscrizioni a Ester Barelli — 079 676 21 18 — cpa.barelli@gmail.com</i>  |             |             |             |          |
|   | A. Valli   | 1 venerdì   | 19.30-22.00 | 4 maggio    | fr. 45.– |
| Riva San Vitale                                 | <i>Iscrizioni a Marica Grandi — 079 951 77 89 — cpa.grandi@gmail.com</i>   |             |             |             |          |
|   | A. Valli   | 1 giovedì   | 19.30-22.00 | 1 marzo     | fr. 45.– |
| <b>GASTRONOMIA</b>                              |  |             |             |             |          |
| <b>A come arrosto</b>                           | Fare bella figura cucinando la carne? Tecniche e cotture della carne arrosto di vitello, maiale, coniglio e pollo. Più fr. 25.– per gli alimenti.  |             |             |             |          |
| Riva San Vitale                                 | <i>Iscrizioni a Marica Grandi — 079 951 77 89 — cpa.grandi@gmail.com</i>   |             |             |             |          |
|   | S. Varenna   | 1 mercoledì | 19.00-22.30 | 28 febbraio | fr. 50.– |
| Roveredo (GR)                                   | <i>Iscrizioni a Carmela Casella Fasani — 079 239 52 97 — cpa.casella@gmail.com</i>   |             |             |             |          |
|   | R. Griggi  | 1 venerdì   | 19.00-22.30 | 4 maggio    | fr. 50.– |
| <b>Come cucinare il pesce azzurro</b>           | Il pesce "azzurro" (aggettivo che si riferisce al colore blu del dorso), è di sapore e aroma intensi e contiene molte vitamine, sali minerali e soprattutto il prezioso omega3. Durante la serata si preparano ricette con alici, sardine, sgombri, aguglie e altri pesci azzurri. Più fr. 25.– per gli alimenti.  |             |             |             |          |
| Camignolo                                       | <i>Iscrizioni a Luciana Demarchi — 077 418 73 29 — cpa.demarchi@gmail.com</i>  |             |             |             |          |
|   | F. Valsangiaco   | 1 mercoledì | 19.00-22.30 | 11 aprile   | fr. 50.– |
| <b>Cucina andina</b>                            | L'area montuosa delle Ande è ricca di prodotti di alto valore nutrizionale che gli antichi abitanti seppero combinare per creare sapori piacevoli senza perderne le proprietà. Carne, tuberi, cereali ed erbe sono alla base della tradizione culinaria andina. Più fr. 25.– per gli alimenti.   |             |             |             |          |
| Morbio Inferiore                                | <i>Iscrizioni a Marica Grandi — 079 951 77 89 — cpa.grandi@gmail.com</i>   |             |             |             |          |
|   | N. Latorre Gutierrez   | 1 mercoledì | 19.00-22.30 | 28 febbraio | fr. 50.– |
| <b>Cucina birmana 4 Nuove ricette!</b>          | La cucina birmana è stata influenzata dalla cucina cinese, indiana e thailandese. Si preparano piatti creativi a base di pesce fresco, gamberi, carne e frutta esotica. Un'immersione nei sapori e profumi di questa terra magica. Più fr. 30.– per gli alimenti.  |             |             |             |          |
| Camignolo                                       | <i>Iscrizioni a Luciana Demarchi — 077 418 73 29 — cpa.demarchi@gmail.com</i>  |             |             |             |          |
|   | P. Raju-Cassina  | 1 giovedì   | 19.00-22.30 | 1 marzo     | fr. 50.– |
| <b>Cucina con mamma o papà: box party</b>       | Un momento creativo da trascorrere con vostra/o figlia/o! Ci si sbizzarrisce preparando golose specialità, dolci e salate, da gustare come merenda con gli amici o alle feste di compleanno. Ogni bambino porterà a casa il proprio box party personalizzato! Iscrizione un adulto con un bambino (da 6 a 11 anni). Più fr. 20.– per gli alimenti (in totale). |             |             |             |          |
| Arbedo-Castione                                 | <i>Iscrizioni a Roberta Del Don — 079 739 91 37 — cpa.deldon@gmail.com</i>   |             |             |             |          |
|   | L. Micheletti  | 1 mercoledì | 18.30-20.30 | 28 febbraio | fr. 40.– |
| Bodio   | <i>Iscrizioni a Maria Teresa Citino — 091 873 20 82 (uff.) e 079 206 33 67 — cpa.citino@gmail.com</i>  |             |             |             |          |
|   | L. Micheletti  | 1 mercoledì | 18.30-20.30 | 21 marzo    | fr. 40.– |
|   | Speciale papà! Sede a Giornico.  |             |             |             |          |
| Lugano 2  | <i>Iscrizioni a Angela Besomi — 079 560 54 45 — cpa.besomi@gmail.com</i>   |             |             |             |          |
|   | L. Micheletti  | 1 mercoledì | 18.30-20.30 | 2 maggio    | fr. 40.– |
| Minusio   | <i>Iscrizioni a Gabriella Sguoto — 078 600 33 67 e 091 743 33 67 — cpa.sguoto@gmail.com</i>  |             |             |             |          |
|   | L. Micheletti  | 1 sabato    | 09.30-11.30 | 5 maggio    | fr. 40.– |
| Roveredo (GR)                                   | <i>Iscrizioni a Carmela Casella Fasani — 079 239 52 97 — cpa.casella@gmail.com</i>   |             |             |             |          |
|   | L. Micheletti  | 1 sabato    | 09.30-11.30 | 14 aprile   | fr. 40.– |
| Tesserete                                       | <i>Iscrizioni a Maria Grazia Manzolini — 079 541 83 93 e 091 943 19 35 — cpa.mgraziamanzolini@gmail.com</i>  |             |             |             |          |
|   | L. Micheletti  | 1 sabato    | 09.30-11.30 | 3 marzo     | fr. 40.– |
| <b>Cucina contadina della Svizzera italiana</b> | Serata dedicata alla tradizionale cucina contadina della Svizzera italiana per tramandare la memoria e l'esperienza del vivere quotidiano dei nostri avi. Più fr. 25.– per gli alimenti.   |             |             |             |          |
| Roveredo (GR)                                   | <i>Iscrizioni a Carmela Casella Fasani — 079 239 52 97 — cpa.casella@gmail.com</i>   |             |             |             |          |
|   | R. Griggi  | 1 venerdì   | 19.00-22.30 | 27 aprile   | fr. 50.– |

| LOCALITÀ                            | DOCENTE   | DURATA      | ORARIO      | INIZIO      | TASSA     |
|-------------------------------------|---|-------------|-------------|-------------|-----------|
| <b>Cucina crudista</b>              | Il cibo crudo mantiene i valori nutritivi completamente intatti. In questo corso si preparano diversi piatti, spaziando dai primi ai dolci, senza bisogno di accendere i fornelli. In questo tipo di alimentazione vengono esclusi prodotti di derivazione animale, farine, zuccheri e lieviti. Il corso è ideale per chi soffre di celiachia: le ricette sono senza glutine. Più fr. 25.– per gli alimenti.  |             |             |             |           |
| Lugano 2                            | <i>Iscrizioni a Angela Besomi — 079 560 54 45 — cpa.besomi@gmail.com</i>  |             |             |             |           |
|                                     | F. Pellizzoni   | 1 lunedì    | 19.00-22.30 | 16 aprile   | fr. 50.–  |
| <b>Cucina dei prati</b>             | Il corso prevede la raccolta delle erbe e dei fiori nella natura e la loro preparazione in cucina. Molte di loro hanno delle caratteristiche differenti a seconda se vengono colte e preparate appena nate oppure quando sono già nella loro fase matura. Il corso viene proposto in due date, a distanza di un mese proprio per poter vedere e cogliere le differenze imparando a riconoscerle. È possibile iscriversi anche ad un'unica giornata pagando metà tassa e alimenti. Le date del corso sono sabato 28 aprile e sabato 26 maggio 2018. Più fr. 40.– per gli alimenti. |             |             |             |           |
| Faido                               | <i>Iscrizioni a Cinzia Zanzi — 076 792 06 94 — cpa.zanzi@gmail.com</i>  |             |             |             |           |
|                                     | C. Moreau   | 2 sabati    | 09.00-16.00 | 28 aprile   | fr. 190.– |
| <b>Cucina egiziana</b>              | Scopriamo la cucina egiziana che è molto saporita, colorata ed al tempo stesso raccomandabile per la salute perché ricca di verdura e cereali. Più fr. 20.– per gli alimenti.   |             |             |             |           |
| Riva San Vitale                     | <i>Iscrizioni a Marica Grandi — 079 951 77 89 — cpa.grandi@gmail.com</i>  |             |             |             |           |
|                                     | A. Hassan   | 1 lunedì    | 19.00-22.30 | 9 aprile    | fr. 50.–  |
| <b>Cucina peruviana 3</b>           | Terza tappa del nostro viaggio alla scoperta della cucina peruviana che conta almeno 5000 anni di storia e più di 490 piatti tipici. Sono proposti piatti a base di carne rossa, pollo, pesce, riso e patate. Più fr. 30.– per gli alimenti.  |             |             |             |           |
| Morbio Inferiore                    | <i>Iscrizioni a Marica Grandi — 079 951 77 89 — cpa.grandi@gmail.com</i>  |             |             |             |           |
|                                     | N. Latorre Gutierrez  | 1 mercoledì | 19.00-22.30 | 21 marzo    | fr. 50.–  |
| <b>Cucina siriana</b>               | La Siria è conosciuta per la sua arte gastronomica antica che ha tratto profitto dalla cucina ottomana e francese. Durante la serata si cucineranno ricette tipiche. Più fr. 25.– per gli alimenti.   |             |             |             |           |
| Camignolo                           | <i>Iscrizioni a Luciana Demarchi — 077 418 73 29 — cpa.demarchi@gmail.com</i>   |             |             |             |           |
|                                     | S. Houari   | 1 martedì   | 19.00-22.30 | 27 febbraio | fr. 50.–  |
|                                     | S. Houari   | 1 mercoledì | 19.00-22.30 | 28 marzo    | fr. 50.–  |
| <b>Dal Gottardo in su</b>           | Un viaggio attraverso i sapori, la cultura e la storia dei piatti classici d'oltre Gottardo. Una serata dedicata alla cucina svizzero tedesca. Più fr. 25.– per gli alimenti.   |             |             |             |           |
| Camignolo                           | <i>Iscrizioni a Luciana Demarchi — 077 418 73 29 — cpa.demarchi@gmail.com</i>   |             |             |             |           |
|                                     | F. Valsangiacomo  | 1 mercoledì | 19.00-22.30 | 18 aprile   | fr. 50.–  |
| <b>Dalla picanha al roastbeef</b>   | Serata per gli amanti della carne tenera e al sangue! Ricette semplici e gustose. Più fr. 30.– per gli alimenti.  |             |             |             |           |
| Roveredo (GR)                       | <i>Iscrizioni a Carmela Casella Fasani — 079 239 52 97 — cpa.casella@gmail.com</i>  |             |             |             |           |
|                                     | R. Griggi   | 1 venerdì   | 19.00-22.30 | 2 marzo     | fr. 50.–  |
| <b>Il cioccolato</b>                | Si preparano golosissimi dolci al cioccolato con abbinamenti insoliti e classici. Più fr. 25.– per gli alimenti.  |             |             |             |           |
| Arbedo-Castione                     | <i>Iscrizioni a Roberta Del Don — 079 739 91 37 — cpa.deldon@gmail.com</i>  |             |             |             |           |
|                                     | I. Parigi   | 1 martedì   | 18.30-22.00 | 17 aprile   | fr. 40.–  |
| Bodio                               | <i>Iscrizioni a Maria Teresa Citino — 091 873 20 82 (uff) e 079 206 33 67 — cpa.citino@gmail.com</i>  |             |             |             |           |
|                                     | I. Parigi   | 1 lunedì    | 19.00-22.30 | 26 febbraio | fr. 50.–  |
|                                     | Sede a Giornico.  |             |             |             |           |
| Gordola                             | <i>Iscrizioni a Manuela Ghidoni — 091 745 22 18 — cpa.ghidoni@gmail.com</i>   |             |             |             |           |
|                                     | I. Parigi   | 1 giovedì   | 18.30-22.00 | 3 maggio    | fr. 50.–  |
| <b>In cucina la patata è regina</b> | Impariamo a conoscere le diverse tipologie di patate e il loro impiego. Dall'antipasto al dessert... i mille usi della patata. Più fr. 25.– per gli alimenti.   |             |             |             |           |
| Camignolo                           | <i>Iscrizioni a Luciana Demarchi — 077 418 73 29 — cpa.demarchi@gmail.com</i>   |             |             |             |           |
|                                     | D. Rossatti   | 1 mercoledì | 19.00-22.30 | 7 marzo     | fr. 50.–  |
| <b>Pani pasquali</b>                | Il pane pasquale fa parte della tradizione del menu del giorno di Pasqua da gustare con parenti ed amici. Saranno presentate in modo semplice alcune ricette (torta pasqualina, pane in crosta di prosciutto, corona pasquale, ...). Più fr. 20.– per gli alimenti.   |             |             |             |           |
| Faido                               | <i>Iscrizioni a Cinzia Zanzi — 076 792 06 94 — cpa.zanzi@gmail.com</i>  |             |             |             |           |
|                                     | C. Moreau   | 1 giovedì   | 19.00-22.30 | 15 marzo    | fr. 65.–  |

| LOCALITÀ                             | DOCENTE  | DURATA    | ORARIO      | INIZIO      | TASSA    |
|--------------------------------------|--|-----------|-------------|-------------|----------|
| <b>Pasta, gnocchi e sughi vegani</b> | In questo corso si preparano gnocchi, pasta, pasta per le lasagne, salse, sughi e pesti tutti vegani con cereali senza glutine. Ricette veloci con ingredienti originali. Più fr. 25.– per gli alimenti.   |           |             |             |          |
| Camignolo                            | <i>Iscrizioni a Luciana Demarchi — 077 418 73 29 — cpa.demarchi@gmail.com</i>  |           |             |             |          |
|                                      | C. Pelossi-Angelucci   | 1 sabato  | 09.30-13.00 | 10 marzo    | fr. 50.– |
| Gordola                              | <i>Iscrizioni a Manuela Ghidoni — 091 745 22 18 — cpa.ghidoni@gmail.com</i>  |           |             |             |          |
|                                      | C. Pelossi-Angelucci   | 1 giovedì | 18.30-22.00 | 1 marzo     | fr. 50.– |
| <b>Rotoli dolci e salati</b>         | Un corso arrotolato! Vengono preparati rotoli e involtini dolci e salati. Gustose ricette che si possono preparare anche il giorno prima. Più fr. 25.– per gli alimenti.   |           |             |             |          |
| Cevio                                | <i>Iscrizioni a Vittoria Zanini — 091 753 17 33 — cpa.zanini@gmail.com</i>   |           |             |             |          |
|                                      | K. Rügger Tulipani   | 1 venerdì | 19.00-22.30 | 23 febbraio | fr. 50.– |
| <b>Seitan fatto in casa</b>          | La preparazione del seitan da zero! Si cucineranno, inoltre, diverse ricette con questo alimento vegetale altamente proteico. Più fr. 20.– per gli alimenti.   |           |             |             |          |
| Bedigliora                           | <i>Iscrizioni a Maria Fossati — 091 606 57 64 — cpa.fossati@gmail.com</i>  |           |             |             |          |
|                                      | D. Trovanelli  | 1 giovedì | 18.30-22.00 | 15 marzo    | fr. 50.– |
| <b>Smoothies e snack sani</b>        | La salute in borsetta! Più vellutati di un frullato, più densi di un centrifugato... ecco gli smoothies! Gustosi e sani, preparati con frutta, verdura e superfood. Si prepareranno anche degli snack, da sgranocchiare, con semi vari. Più fr. 25.– per gli alimenti. |           |             |             |          |
| Tesserete                            | <i>Iscrizioni a Maria Grazia Manzolini — 079 541 83 93 e 091 943 19 35 — cpa.mgraziamanzolini@gmail.com</i>  |           |             |             |          |
|                                      | U. Pedrolì-Thongsriphong   | 1 martedì | 19.00-22.30 | 27 febbraio | fr. 50.– |
|                                      | U. Pedrolì-Thongsriphong   | 1 giovedì | 19.00-22.30 | 26 aprile   | fr. 50.– |
| <b>Street food arabo</b>             | Un viaggio nel mondo arabo attraverso il cibo di strada fatto con pietanze semplici ma gustose. Più fr. 25.– per gli alimenti.   |           |             |             |          |
| Camignolo                            | <i>Iscrizioni a Luciana Demarchi — 077 418 73 29 — cpa.demarchi@gmail.com</i>  |           |             |             |          |
|                                      | S. Houari  | 1 martedì | 19.00-22.30 | 6 marzo     | fr. 50.– |
|                                      | S. Houari  | 1 giovedì | 19.00-22.30 | 12 aprile   | fr. 50.– |