



Enogastronomia

CORSO	CODICE	DOCENTE	PARTECIPANTI	DURATA	ORARIO	INIZIO	TASSA
CRESCERE INSIEME GRANDI E PICCOLI							
La cuoca con il mappamondo: Oceania		Dall'altra parte del mondo cosa mangiano? Scopriamolo insieme cucinando un menu completo della cucina oltre mondo. Iscrizione: un adulto con un bambino/a. Massimo 7 coppie di partecipanti. Più CHF 35.– per gli alimenti.					
Tesserete	22/23A-06-55003	Isrizioni a Barbara Sassi Cantinotti — 076 225 69 73 — cpa.sassi@gmail.com , oppure online	L. Quattro	7-7	1 sab	10.30-13.00	24.09 CHF 60.–
Cake Pops vegani		I Cake Pops sono un dolce realizzato a forma di lecca lecca! Formeremo delle piccole palline da infilare sui bastoncini e successivamente ci divertiremo a decorarle. Il corso è adatto ai celiaci, agli intolleranti al lattosio ed a chi ha scelto un'alimentazione vegana. Iscrizione: un adulto con un bambino/a (da 7 a 12 anni). Massimo 7 coppie di partecipanti. Più CHF 20.– per gli alimenti.					
Morbio Inferiore	22/23A-06-44008	Isrizioni a Loredana Ineichen — 076 578 11 80 — cpa.ineichen@gmail.com , oppure online	L. Quattro	7-7	1 sab	09.30-12.00	10.12 CHF 60.–
Cake Pops		Creiamo insieme i famosi Cake Pops: allegri e sfiziosi dolcetti a forma di lollipop (lecca lecca). Utilizzeremo semplici tecniche di preparazione dell'impasto per poi sbizzarrirci nella decorazione. Iscrizione: un adulto con un bambino/a. Massimo 7 coppie di partecipanti. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Lodrino	22/23A-06-35002	Isrizioni a Stella Beggia — 078 822 82 94 — cpa.beggia@gmail.com , oppure online	S. Beggia	7-7	1 sab	14.00-16.30	01.10 CHF 60.–
Caramelle e lollipop		Prepareremo insieme diversi tipi di caramelle e lollipop (lecca lecca) senza conservanti e coloranti, come le gelée di frutta, le caramelle mou, quelle al miele. Iscrizione: un adulto con un bambino/a. Massimo 7 coppie di partecipanti. Più CHF 10.– per gli alimenti.					
Lodrino	22/23A-06-35005	Isrizioni a Stella Beggia — 078 822 82 94 — cpa.beggia@gmail.com , oppure online	S. Beggia	7-7	1 sab	14.00-16.30	22.10 CHF 60.–
Cupcake dolce... fantasia		Un momento creativo da trascorrere insieme! Prepareremo golosi cupcakes che i bambini potranno sbizzarrirsi a decorare per renderli ancora più buoni. Il corso è adatto ai celiaci, agli intolleranti al lattosio e a chi ha scelto un'alimentazione vegana. Iscrizione: un adulto con un bambino/a (da 7 a 12 anni). Massimo 7 coppie di partecipanti. Più CHF 20.– per gli alimenti.					
Morbio Inferiore	22/23A-06-44007	Isrizioni a Loredana Ineichen — 076 578 11 80 — cpa.ineichen@gmail.com , oppure online	L. Quattro	7-7	1 sab	09.30-12.00	22.10 CHF 60.–
Dolcetto o scherzetto		Un momento creativo da trascorrere insieme, preparando biscotti e dolcetti a tema per la festa di Halloween da gustare in famiglia o da regalare agli amici. Iscrizione: un adulto con un bambino/a. Massimo 7 coppie di partecipanti. Più CHF 30.– per gli alimenti.					
Riva San Vitale	22/23A-06-48001	Isrizioni a Marica Grandi — 079 951 77 89 — cpa.grandi@gmail.com , oppure online	B. Sansossio	7-7	1 ven	16.30-19.00	21.10 CHF 60.–
Dolci e biscotti fantasia dei bambini		Cosa piace ai bambini-ragazzi? Ovviamente i dolcetti. Insegneremo loro come prepararli e insieme trascorreremo delle piacevoli ore cucinando dolci e biscotti. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Tesserete	22/23A-06-55009	Isrizioni a Barbara Sassi Cantinotti — 076 225 69 73 — cpa.sassi@gmail.com , oppure online	N. Garganigo	8-12	1 ven	19.00-22.30	25.11 CHF 60.–
Il cinema inizia in cucina		Con degli spuntini fatti in casa la serata cinema in compagnia diventa una vera festa. Prepareremo gustose ricette per tutti i gusti per sorprendere famigliari e amici. Iscrizione: un adulto con un bambino/a. Massimo 7 coppie di partecipanti. Più CHF 15.– per gli alimenti.					
Lodrino	22/23A-06-35009	Isrizioni a Stella Beggia — 078 822 82 94 — cpa.beggia@gmail.com , oppure online	S. Beggia	7-7	1 sab	14.00-16.30	19.11 CHF 60.–
Pranzo giapponese e origami (Trottola)		Il curry giapponese è una delle ricette più amate dai bambini giapponesi, e non solo... Mentre cuoce, faremo una trottola con la tecnica dell'origami e impareremo a scrivere il vostro nome in giapponese. Iscrizione: un adulto con un bambino/a. Massimo 7 coppie di partecipanti. Più CHF 30.– per gli alimenti.					
Riva San Vitale	22/23A-06-48006	Isrizioni a Marica Grandi — 079 951 77 89 — cpa.grandi@gmail.com , oppure online	Y. Kanaya De Micheli	7-7	1 sab	10.00-13.00	26.11 CHF 60.–






CORSO	CODICE	DOCENTE	PARTECIPANTI	DURATA	ORARIO	INIZIO	TASSA
ENOLOGIA E ALTRE BEVANDE							
Alla scoperta dei vini bio, naturali e vegani		Con il cambiamento climatico le persone sono molto più attente a quello che bevono e sempre di più si avvicinano ai vini che rispettano al massimo il territorio in cui si sviluppano. Un corso per conoscere la realtà dei vini bio, naturali e vegani. Più CHF 45.– per i vini.					
Lugano	22/23A-06-38004	<i>Iscrizioni a Angela Besomi — 079 560 54 45 — cpa.besomi@gmail.com, oppure online</i> E. Mozzini					
Aperitivi all'italiana		Alla scoperta degli aperitivi classici e le loro varianti: Americano, Negroni, Boulevardier, ecc. Più CHF 40.– per i cocktail.					
Bodio	22/23A-06-19907	<i>Iscrizioni a Maria Teresa Citino — 091 873 20 82 (uff) — cpa.citino@gmail.com, oppure online</i> R. Docourt					
Birra: tecniche di produzione e affinamento		Scopriremo le modalità di produzione di una birra, dagli homebrewers ai vari sistemi artigianali di fabbricazione. Vedremo inoltre diversi stili di birra, di maturazione e addensamenti in bottiglia o in botte. Seguirà una visita in cantina. Più CHF 70.– per le birre e gli stuzzichini.					
Minusio	22/23A-06-42906	<i>Iscrizioni a Viviana Grilli — 078 611 49 35 — cpa.grilli@gmail.com, oppure online</i> R. Storni					
Birre del regno unito		Alla scoperta delle tradizionali birre britanniche. Più CHF 25.– per le birre.					
Bodio	22/23A-06-19910	<i>Iscrizioni a Maria Teresa Citino — 091 873 20 82 (uff) — cpa.citino@gmail.com, oppure online</i> R. Storni					
Birre svizzere premiate		Degusteremo e analizzeremo 6 birre prodotte in Svizzera, vincitrici della medaglia d'oro agli ultimi Swiss Beer Awards. Più CHF 30.– per le birre.					
Riva San Vitale	22/23A-06-48014	<i>Iscrizioni a Marica Grandi — 079 951 77 89 — cpa.grandi@gmail.com, oppure online</i> G. Genoni					
Birre ticinesi		Alla scoperta dei progressi delle birre ticinesi. Più CHF 25.– per le birre.					
Bodio	22/23A-06-19909	<i>Iscrizioni a Maria Teresa Citino — 091 873 20 82 (uff) — cpa.citino@gmail.com, oppure online</i> R. Storni					
Bollicine: dal prosecco allo champagne		Origine e caratteristiche delle tipologie e dei diversi metodi di produzione delle cosiddette "bollicine". Più CHF 60.– per i vini.					
Bellinzona	22/23A-06-17005	<i>Iscrizioni a Mariella Wüest — 079 284 24 74 — cpa.wueest@gmail.com, oppure online</i> G. Fontana					
Borgogna versus Bordeaux		La magia del Château de Bordeaux e l'eleganza dei Clos di Borgogna. Cabernet o Pinot nero, Chardonnay o Sauvignon in un confronto divino. Più CHF 75.– per i vini.					
Minusio	22/23A-06-42909	<i>Iscrizioni a Viviana Grilli — 078 611 49 35 — cpa.grilli@gmail.com, oppure online</i> G. Fontana					
Cocktail del proibizionismo		Andremo a degustare i più celebri drinks dei ruggenti anni 20 e 30, come il Gimlet, il Sazerac, Blue Bazar, Whisky sour, ecc. Più CHF 40.– per i distillati.					
Bodio	22/23A-06-19906	<i>Iscrizioni a Maria Teresa Citino — 091 873 20 82 (uff) — cpa.citino@gmail.com, oppure online</i> R. Docourt					
Cocktail home made		Cocktail con materie prime come: purea, sciroppi e acque aromatiche. Più CHF 40.– per i cocktail.					
Bodio	22/23A-06-19908	<i>Iscrizioni a Maria Teresa Citino — 091 873 20 82 (uff) — cpa.citino@gmail.com, oppure online</i> R. Docourt					
Conoscenza dei vini 1		Un interessante viaggio alla scoperta del vino: si impara ad apprezzarne la qualità, riconoscerne i difetti, valutarne la provenienza e conoscere le caratteristiche dei diversi vitigni. Più CHF 120.– per i vini.					
Bellinzona	22/23A-06-17007	<i>Iscrizioni a Mariella Wüest — 079 284 24 74 — cpa.wueest@gmail.com, oppure online</i> G. Fontana					
Biasca	22/23A-06-18001	<i>Iscrizioni a Monica Lo Bianco — 079 682 51 82 — cpa.mlobianco@gmail.com, oppure online</i> A. Piantoni					
Lugano	22/23A-06-38001 22/23A-06-38003	<i>Iscrizioni a Angela Besomi — 079 560 54 45 — cpa.besomi@gmail.com, oppure online</i> S. Angioletti E. Mozzini					
Minusio	22/23A-06-42913	<i>Iscrizioni a Viviana Grilli — 078 611 49 35 — cpa.grilli@gmail.com, oppure online</i> G. Fontana					
Riva San Vitale	22/23A-06-48011	<i>Iscrizioni a Marica Grandi — 079 951 77 89 — cpa.grandi@gmail.com, oppure online</i> A. Valli					






CORSO	CODICE	DOCENTE	PARTECIPANTI	DURATA	ORARIO	INIZIO	TASSA
Dai vini macerati ai vini aromatizzati		Ala scoperta dei vini bianchi macerati sulle bucce e dei vini aromatizzati come il Vermouth. Più CHF 50.– per i vini.					
Minusio	22/23A-06-42912	<i>Iscrizioni a Viviana Grilli — 078 611 49 35 — cpa.grilli@gmail.com, oppure online</i> G. Fontana	8-12	1 mer	20.00-22.30	26.10	CHF 45.–
Dal Nebbiolo al Barolo		Scopriremo il vitigno piemontese nella sua trasformazione che avviene nelle botti di rovere per diventare Barolo. Più CHF 45.– per i vini.					
Minusio	22/23A-06-42911	<i>Iscrizioni a Viviana Grilli — 078 611 49 35 — cpa.grilli@gmail.com, oppure online</i> G. Fontana	8-12	1 mer	20.00-22.30	19.10	CHF 45.–
Dal Valpolicella all'Amarone		Breve storia del vino, accenni alla viticoltura e alla vinificazione. Un percorso di quasi 80 anni di storia, dal Recioto all'Amarone. Più CHF 45.– per i vini.					
Camignolo	22/23A-06-21001	<i>Iscrizioni a Luciana Demarchi — 077 418 73 29 — cpa.demarchi@gmail.com, oppure online</i> P. Kaempf	9-12	1 mar	19.30-22.00	08.11	CHF 45.–
Degustazione di vini ticinesi		Assaporeremo vini bianchi e rossi dell'associazione <i>Ticinowine</i> . Sarà presente anche qualche produttore locale. Più CHF 45.– per vini e spuntino.					
Morbio Inferiore	22/23A-06-44012	<i>Iscrizioni a Loredana Ineichen — 076 578 11 80 — cpa.ineichen@gmail.com, oppure online</i> A. Valli	9-12	1 gio	19.00-22.30	15.09	CHF 50.–
Degustazione di vini ticinesi e formaggi della valle di Blenio		Il formaggio e il vino sono un connubio perfetto di gusti e sapori. Sarà l'occasione per degustare prodotti locali e assaporarne la loro perfetta combinazione. Più CHF 40.– per vini e formaggi.					
Biasca	22/23A-06-18010	<i>Iscrizioni a Monica Lo Bianco — 079 682 51 82 — cpa.mlobianco@gmail.com, oppure online</i> A. Piantoni	8-12	1 gio	19.00-22.30	22.09	CHF 50.–
Degustazione in vigna Piazza		Degustazione di vini al chiaro di luna, nel magnifico vigneto Piazza, vincitore del premio World Trophy best wine 2021.					
Tesserete	22/23A-06-55001	<i>Iscrizioni a Barbara Sassi Cantinotti — 076 225 69 73 — cpa.sassi@gmail.com, oppure online</i> S. Piazza	8-12	1 ven	19.00-21.30	23.09	CHF 45.–
Degustazione in vigna Trapletti		Visiteremo la cantina della tenuta Vitivinicola Trapletti Coldrerio e degusteremo i loro vini. Più CHF 45.– per vini.					
Morbio Inferiore	22/23A-06-44013	<i>Iscrizioni a Loredana Ineichen — 076 578 11 80 — cpa.ineichen@gmail.com, oppure online</i> L. Piffaretti	8-12	1 sab	16.00-18.30	17.09	CHF 45.–
Degustazione vitigni rari		Inspirato al documentario di Florian Bourion. Un patrimonio viticolo ancestrale, una grande passione e il desiderio di valorizzare questo inestimabile tesoro della natura. Durante la serata si degusteranno vini provenienti da vitigni autoctoni, specie antiche che si vogliono preservare, tramandando la cultura della terra di provenienza. Più CHF 45.– per i vini.					
Riva San Vitale	22/23A-06-48012	<i>Iscrizioni a Marica Grandi — 079 951 77 89 — cpa.grandi@gmail.com, oppure online</i> A. Valli	9-12	1 mer	20.00-22.30	12.10	CHF 45.–
Degustazione in cantina: Moncucchetto		Nel cuore di Lugano si visiterà la cantina Moncucchetto, un luogo ricco di storia dove degusteremo i suoi vini locali. Più CHF 25.– per i vini.					
Lugano	22/23A-06-38013	<i>Iscrizioni a Angela Besomi — 079 560 54 45 — cpa.besomi@gmail.com, oppure online</i> Da definire	8-12	1 sab	10.00-12.30	22.10	CHF 45.–
Degustazione in cantina: da Sacha Pelossi		Il lavoro in cantina richiede attenzione e cura, tanta quanta viene dedicata in vigna per ottenere uve sane per la produzione di ottimi vini. L'enologo Sacha Pelossi risponde a tutte le domande. Più CHF 35.– per i vini.					
Gravesano	22/23A-06-28008	<i>Iscrizioni a Davide Patriarca — 077 405 67 09 — cpa.patriarca@gmail.com, oppure online</i> A. Valli	9-12	1 gio	20.00-22.30	10.11	CHF 45.–
È l'ora del... Saké!		Il Saké (vino di riso giapponese) è ancora poco noto in Svizzera. Scopriamolo insieme e impariamo come servirlo ed abbinarlo anche ai piatti della nostra cucina. Cinque diverse tipologie di Saké pregiati e provenienti direttamente dal Giappone serviti con abbinamenti culinari. Più CHF 45.– per Saké e alimenti.					
Lugano	22/23A-06-38011	<i>Iscrizioni a Angela Besomi — 079 560 54 45 — cpa.besomi@gmail.com, oppure online</i> C. Volpi	8-12	1 gio	19.00-21.30	17.11	CHF 45.–
Il mondo del prosecco		Degustando alcuni vini, scopriremo le antichissime origini del vitigno, la fermentazione e la loro produzione. Saranno trattati inoltre gli impatti sul clima e della monocoltura del vitigno, la produzione e alcune etichette sostenibili. Più CHF 45.– per i vini.					
Camignolo	22/23A-06-21002	<i>Iscrizioni a Luciana Demarchi — 077 418 73 29 — cpa.demarchi@gmail.com, oppure online</i> P. Kaempf	9-12	1 gio	19.30-22.00	29.09	CHF 45.–

CORSO	CODICE	DOCENTE	PARTECIPANTI	DURATA	ORARIO	INIZIO	TASSA
Il vitigno Merlot in giro per il mondo		Per tutti gli amanti del Merlot, conosceremo e degusteremo i Merlot prodotti in giro per il mondo. Più CHF 50.– per i vini.					
Minusio		<i>Iscrizioni a Viviana Grilli — 078 611 49 35 — cpa.grilli@gmail.com, oppure online</i>					
	22/23A-06-42914	G. Fontana	8-12	1 mar	20.00-22.30	22.11	CHF 45.–
Introduzione alla produzione di birra artigianale: Stout		Due incontri in cui realizzeremo una birra, più precisamente una Stout. Nel primo si affronteranno passo per passo le differenti fasi di produzione. Lasceremo fermentare la nostra birra e nel successivo incontro la imbottigheremo in modo che ogni partecipante possa portare a casa le sue bottiglie. Durante gli incontri è pure prevista una degustazione di differenti stili di birra. Date del corso: sabato 12.11 dalle 13.30 alle 17.30 e giovedì 01.12 dalle 19.30 alle 22.00. Più CHF 25.– per le birre.					
Lugano		<i>Iscrizioni a Angela Besomi — 079 560 54 45 — cpa.besomi@gmail.com, oppure online</i>					
	22/23A-06-38012	N. Romerio	9-12	2 lez	13.30-17.30	12.11	CHF 70.–
Italia versus Francia		Incontro tra le due nazioni con i maggiori vitigni autoctoni a confronto. Più CHF 70.– per i vini.					
Bellinzona		<i>Iscrizioni a Mariella Wüest — 079 284 24 74 — cpa.wueest@gmail.com, oppure online</i>					
	22/23A-06-17003	G. Fontana	9-12	2 mer	19.30-22.00	09.11	CHF 75.–
La Barbera		"Il Vitigno" per antonomasia del Piemonte, alla scoperta delle sue diverse denominazioni. Più CHF 45.– per i vini.					
Bellinzona		<i>Iscrizioni a Mariella Wüest — 079 284 24 74 — cpa.wueest@gmail.com, oppure online</i>					
	22/23A-06-17006	G. Fontana	9-12	1 mer	19.30-22.00	12.10	CHF 45.–
La Borgogna versus il Piemonte		Le diversità e le analogie tra il Pinot Noir e il Nebbiolo: protagoniste assolute di due grandi aree vinicole, acclamate in tutto il mondo per la qualità dei loro vini. Più CHF 50.– per i vini.					
Bodio		<i>Iscrizioni a Maria Teresa Citino — 091 873 20 82 (uff) — cpa.citino@gmail.com, oppure online</i>					
	22/23A-06-19905	G. Fontana	8-12	1 mar	19.30-22.00	29.11	CHF 45.–
La storia del Merlot: passato, presente e futuro		Un viaggio nella storia del Merlot: passando dalle prime cantine francesi, fino all'arrivo degli amici d'oltralpe raggiungendo infine le nuove generazioni. Più CHF 50.– per vini e spuntino.					
Morbio Inferiore		<i>Iscrizioni a Loredana Ineichen — 076 578 11 80 — cpa.ineichen@gmail.com, oppure online</i>					
	22/23A-06-44010	A. Valli	9-12	1 mar	19.00-22.00	18.10	CHF 45.–
La Toscana classica e innovativa		Addentriamoci nella storia della Toscana per scoprire e degustare i suoi vini, da quelli più tradizionali a quelli più moderni. Più CHF 60.– per i vini.					
Bellinzona		<i>Iscrizioni a Mariella Wüest — 079 284 24 74 — cpa.wueest@gmail.com, oppure online</i>					
	22/23A-06-17004	G. Fontana	9-12	2 mer	19.30-22.00	23.11	CHF 75.–
Le birre del mondo incontrano sorprendenti formaggi ticinesi		Viaggio sensoriale attraverso i sapori tradizionali delle nostre terre, i formaggi locali incontrano le birre di tutto il mondo che più ne sapranno risaltare i sapori. Si degustano 7 birre. Più CHF 35.– per gli alimenti e le birre.					
Minusio		<i>Iscrizioni a Viviana Grilli — 078 611 49 35 — cpa.grilli@gmail.com, oppure online</i>					
	22/23A-06-42907	R. Storni	8-12	1 gio	20.00-22.30	17.11	CHF 45.–
Le birre italiane premiate al concorso Unionbirrai		Un viaggio tra i vari stili di birre per scoprire le premiate perle italiane. Si degustano 7 birre. Più CHF 25.– per le birre.					
Minusio		<i>Iscrizioni a Viviana Grilli — 078 611 49 35 — cpa.grilli@gmail.com, oppure online</i>					
	22/23A-06-42908	R. Storni	8-12	1 gio	20.00-22.30	24.11	CHF 45.–
Liquori		Scopriremo tutto quello che c'è da sapere per fare i liquori fatti in casa. Quantità, ingredienti e procedimenti da veri distillatori fai da te. Preparazione anche di frutta con spezie sotto liquore. Più CHF 15.– per gli alimenti.					
Lodrino		<i>Iscrizioni a Stella Beggia — 078 822 82 94 — cpa.beggia@gmail.com, oppure online</i>					
	22/23A-06-35008	E. Rizzuti	8-12	1 lun	19.00-22.30	14.11	CHF 50.–
Monsieur Pinot Noir		Pinot Noir: una delle realtà enologiche più complesse, un vitigno dalle diverse interpretazioni a seconda della zona di produzione. Più CHF 45.– per i vini.					
Riva San Vitale		<i>Iscrizioni a Marica Grandi — 079 951 77 89 — cpa.grandi@gmail.com, oppure online</i>					
	22/23A-06-48010	A. Valli	9-12	1 mer	20.00-22.30	28.09	CHF 45.–
Orange Wine		Uno stile antico e nuovo nello stesso tempo, una tradizione contadina, che resiste in Georgia, considerata la culla del vino. I vini Orange, un modo diverso di bere vino. Più CHF 45.– per i vini.					
Gravesano		<i>Iscrizioni a Davide Patriarca — 077 405 67 09 — cpa.patriarca@gmail.com, oppure online</i>					
	22/23A-06-28006	A. Valli	8-12	1 mer	20.00-22.30	05.10	CHF 45.–

CORSO	CODICE	DOCENTE	PARTECIPANTI	DURATA	ORARIO	INIZIO	TASSA
Viaggio nell'universo dei Rum		Viaggio alla scoperta dei segreti dei Rum e delle loro diverse tipologie di distillazione. Più CHF 45.– per i rum. Riduzione del 50% sulla tassa d'iscrizione per i detentori dell'abbonamento Arcobaleno annuale.					
Bellinzona	22/23A-06-17002	<i>Iscrizioni a Mariella Wüest — 079 284 24 74 — cpa.wueest@gmail.com, oppure online</i> G. Fontana	9-12	1 lun	19.30-22.00	21.11	CHF 45.–
Spumanti del Ticino		NUOVO Gli spumanti ticinesi, perle di bollicine, completano l'offerta del nostro territorio "Ticino di-vino". Più CHF 45.– per vini e spuntino.					
Morbio Inferiore	22/23A-06-44011	<i>Iscrizioni a Loredana Ineichen — 076 578 11 80 — cpa.ineichen@gmail.com, oppure online</i> A. Valli	9-12	1 gio	19.30-22.00	24.11	CHF 45.–
Swiss Wines Pro (la Svizzera nel bicchiere)		Un viaggio enologico attraverso i cantoni della Svizzera, per sostenere ed apprezzare la produzione dei vini e la diversità dei vitigni coltivati nelle diverse regioni. Più CHF 45.– per i vini.					
Gravesano	22/23A-06-28007	<i>Iscrizioni a Davide Patriarca — 077 405 67 09 — cpa.patriarca@gmail.com, oppure online</i> A. Valli	8-12	1 mer	20.00-22.30	26.10	CHF 45.–
Vini e formaggi italiani		NUOVO Un emozionante viaggio nel prestigioso mondo enogastronomico dell'Italia. Più CHF 50.– per i formaggi e i vini.					
Riva San Vitale	22/23A-06-48013	<i>Iscrizioni a Marica Grandi — 079 951 77 89 — cpa.grandi@gmail.com, oppure online</i> A. Valli	9-12	1 mer	19.30-22.00	09.11	CHF 45.–
Vini e formaggi local		NUOVO Nel piatto e nel bicchiere, a tutto Ticino, a favore della nostra economia. Più CHF 45.– per vini e formaggi.					
Morbio Inferiore	22/23A-06-44009	<i>Iscrizioni a Loredana Ineichen — 076 578 11 80 — cpa.ineichen@gmail.com, oppure online</i> A. Valli	9-12	1 mar	19.00-21.30	04.10	CHF 45.–
Vini e formaggi svizzeri		L'ampia offerta di vini e formaggi che rappresentano la Svizzera, il connubio prelibato ci permette di assaggiare specialità di alto livello. Più CHF 45.– per vini e formaggi.					
Gravesano	22/23A-06-28005	<i>Iscrizioni a Davide Patriarca — 077 405 67 09 — cpa.patriarca@gmail.com, oppure online</i> A. Valli	8-12	1 mar	20.00-22.30	27.09	CHF 45.–
Whisky		La distillazione è una scienza, il blending un'arte. Viaggio alla scoperta del mondo del distillato più famoso. Più CHF 70.– per i distillati.					
Bodio	22/23A-06-19904	<i>Iscrizioni a Maria Teresa Citino — 091 873 20 82 (uff.) — cpa.citino@gmail.com, oppure online</i> G. Fontana	8-12	2 gio	19.30-22.00	13.10	CHF 75.–
Lugano	22/23A-06-38002	<i>Iscrizioni a Angela Besomi — 079 560 54 45 — cpa.besomi@gmail.com, oppure online</i> S. Angioletti	8-12	2 lun	20.00-22.30	07.11	CHF 75.–
Minusio	22/23A-06-42910	<i>Iscrizioni a Viviana Grilli — 078 611 49 35 — cpa.grilli@gmail.com, oppure online</i> G. Fontana	8-12	2 mar	20.00-22.30	18.10	CHF 75.–
GASTRONOMIA							
Agrodolce nella cucina cinese		Le ricette in agrodolce sono molto apprezzate anche in occidente. Cuciniamo insieme la famosa ricetta di maiale in agrodolce cotto in padella per rendere il piatto più leggero. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Bellinzona	22/23A-06-17001	<i>Iscrizioni a Mariella Wüest — 079 284 24 74 — cpa.wueest@gmail.com, oppure online</i> Y. Kanaya De Micheli	9-12	1 mer	18.30-22.00	23.11	CHF 50.–
Antipasti arabi		Il mezzé... una selezione di antipasti e stuzzichini da tutto il mondo arabo. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Camignolo	22/23A-06-21013	<i>Iscrizioni a Luciana Demarchi — 077 418 73 29 — cpa.demarchi@gmail.com, oppure online</i> S. Houari	8-12	1 gio	19.00-22.30	13.10	CHF 50.–
Arte e cucina		NUOVO Prepareremo un menu di tre portate di facile realizzazione, ispirandoci a personaggi famosi. L'importanza visiva nella presentazione di un piatto prima di degustarlo, è un aspetto principale di questo corso. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Riva San Vitale	22/23A-06-48007	<i>Iscrizioni a Marica Grandi — 079 951 77 89 — cpa.grandi@gmail.com, oppure online</i> S. Canavesi	8-12	1 lun	19.00-22.30	24.10	CHF 50.–
Biscotti Crèfli		NUOVO I Crèfli sono biscotti della tradizione ticinese a base di farina, zucchero, burro, miele, latte/panna e sono cotti al forno, come gli Ofenkrapfe. Più CHF 20.– per gli alimenti.					
Faido	22/23A-06-26002	<i>Iscrizioni a Cinzia Zanzi — 076 792 06 94 — cpa.zanzi@gmail.com, oppure online</i> I. Peduzzi	9-12	1 lun	18.30-22.00	24.10	CHF 50.–

CORSO	CODICE	DOCENTE	PARTECIPANTI	DURATA	ORARIO	INIZIO	TASSA
Biscotti di Natale		I biscotti di Natale non passano mai di moda ma bisogna pensarci per tempo. Sfiziose e classiche ricette, consigli, trucchetti e idee per la confezione. Tutto quello che serve per sorprendere parenti e amici. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Riva San Vitale	22/23A-06-48002	<i>Iscrizioni a Marica Grandi — 079 951 77 89 — cpa.grandi@gmail.com, oppure online</i>					
		B. Sansossio	8-12	1 sab	13.30-17.00	22.10	CHF 50.–
Biscotti su stecco		Un semplice biscotto di pasta frolla ed uno stecco possono diventare un pensiero per gli invitati durante le feste. Un corso per imparare a realizzare ed utilizzare la pasta frolla decorata con la pasta di zucchero. Più CHF 35.– per gli alimenti e il kit per il cake design.					
Gerra Piano	22/23A-06-27301	<i>Iscrizioni a Silvana Chinelli — 079 681 08 26 — cpa.chinelli@gmail.com, oppure online</i>					
		P. Pignataro	8-12	1 mar	19.00-22.30	22.11	CHF 50.–
Bollito misto con contorni		Impareremo a preparare una vera leccornia per le serate invernali: il bollito misto. Diversi tagli di carne, tipologie di salsine e contorni sfiziosi. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Lodrino	22/23A-06-35007	<i>Iscrizioni a Stella Beggia — 078 822 82 94 — cpa.beggia@gmail.com, oppure online</i>					
		E. Rizzuti	8-12	1 mer	19.00-22.30	09.11	CHF 50.–
Cucina etnica veg Nuove ricette!		Il corso propone la preparazione e la degustazione di ricette tipiche del Nord Africa e del Medio Oriente con ingredienti vegani. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Camignolo	22/23A-06-21006	<i>Iscrizioni a Luciana Demarchi — 077 418 73 29 — cpa.demarchi@gmail.com, oppure online</i>					
		S. Houari	8-12	1 ma	19.00-22.30	27.09	CHF 50.–
Ceci, lenticchie, fagioli secchi e non solo		Tanti non sanno che le leguminose sono una valida alternativa alle proteine animali. Il corso vuole sfatare alcuni luoghi comuni e darvi delle alternative sane per preparare piatti attrattivi. Un importante aiuto per mantenere un'alimentazione attenta e variata! Più CHF 20.– per gli alimenti.					
Lugano	22/23A-06-38009	<i>Iscrizioni a Angela Besomi — 079 560 54 45 — cpa.besomi@gmail.com, oppure online</i>					
		S. Varenna	8-12	1 gio	19.00-22.30	24.11	CHF 50.–
Cena messicana: dall'antipasto al dolce		Messico e nuvole, ma anche Messico e amici, voglia di stare insieme, voglia di preparare una vera cena messicana. I piatti tipici di questo paese sono gustosi, saporiti, spesso piccanti, a base di peperoncino e altre spezie. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Morbio Inferiore	22/23A-06-44001	<i>Iscrizioni a Loredana Ineichen — 076 578 11 80 — cpa.ineichen@gmail.com, oppure online</i>					
		L. Robinson	8-12	1 mar	19.00-22.30	25.10	CHF 50.–
Che sapore ha il Cile? Una cena per scoprirlo		La cucina cilena è molto semplice ma al tempo stesso saporita e appetitosa, in questo corso impareremo a cucinare cinque piatti tipici della sua tradizione. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Morbio Inferiore	22/23A-06-44003	<i>Iscrizioni a Loredana Ineichen — 076 578 11 80 — cpa.ineichen@gmail.com, oppure online</i>					
		L. Robinson	8-12	1 lun	19.00-22.30	21.11	CHF 50.–
Conchigliacei di mare		Tuffiamoci nei sapori e profumi del mare con piatti dal gusto delicato! Frutti o conchiglie di mare per deliziare il palato. Più CHF 30.– per gli alimenti.					
Lugano	22/23A-06-38005	<i>Iscrizioni a Angela Besomi — 079 560 54 45 — cpa.besomi@gmail.com, oppure online</i>					
		S. Varenna	8-12	1 gio	19.00-22.30	06.10	CHF 50.–
Coniglio in umido		Una serata dedicata alla conoscenza della cottura del coniglio in umido (e anche qualche trucchetto per le altre cotture) in modo da rendere tenera e gustosa la carne del coniglio. Il tutto accompagnato da una buona polenta taragna. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Lodrino	22/23A-06-35004	<i>Iscrizioni a Stella Beggia — 078 822 82 94 — cpa.beggia@gmail.com, oppure online</i>					
		E. Rizzuti	8-12	1 mer	19.00-22.30	19.10	CHF 50.–
Conservas in barattolo		In primavera e in estate la frutta e la verdura sono abbondanti. Impareremo a conservarle in modo sicuro. Più CHF 15.– per gli alimenti.					
Lodrino	22/23A-06-35001	<i>Iscrizioni a Stella Beggia — 078 822 82 94 — cpa.beggia@gmail.com, oppure online</i>					
		E. Rizzuti	9-12	1 mer	19.00-21.30	28.09	CHF 45.–
Cordon bleu a 360°		Stufi del solito cordon bleu? Prepareremo ricette con diversi ripieni ma anche versioni vegetariane e perché no di pesce, per sorprendere i vostri amici! Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Lugano	22/23A-06-38006	<i>Iscrizioni a Angela Besomi — 079 560 54 45 — cpa.besomi@gmail.com, oppure online</i>					
		S. Varenna	8-12	1 gio	19.00-22.30	20.10	CHF 50.–
Cucina a 360°		Utilizzando tutti gli ingredienti che troviamo in cucina, prepareremo e degusteremo ricette sfiziose. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Biasca	22/23A-06-18006	<i>Iscrizioni a Monica Lo Bianco — 079 682 51 82 — cpa.mlobianco@gmail.com, oppure online</i>					
		E. Rizzuti	8-12	1 lun	19.00-22.30	28.11	CHF 50.–

CORSO	CODICE	DOCENTE	PARTECIPANTI	DURATA	ORARIO	INIZIO	TASSA
Cucina a Km 0		Impariamo a conoscere ingredienti di facile reperimento per preparare pietanze semplici e genuine, creando così piatti favolosi che migliorano le nostre abitudini alimentari. Più CHF 30.– per gli alimenti.					
Lugano	22/23A-06-38007	<i>Iscrizioni a Angela Besomi — 079 560 54 45 — cpa.besomi@gmail.com, oppure online</i> S. Varenna	8-12	1 gio	19.00-22.30	27.10	CHF 50.–
Cucina coreana		La cucina coreana è forse meno conosciuta ma sempre più popolare grazie alla sua ricchezza di sapori e ingredienti che la rendono unica. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Camignolo	22/23A-06-21004	<i>Iscrizioni a Luciana Demarchi — 077 418 73 29 — cpa.demarchi@gmail.com, oppure online</i> S. Mori	8-12	1 lun	19.00-22.30	28.11	CHF 50.–
Cucina crudista		 Nel crudismo i cibi non sono sottoposti a calore superiore a 42 gradi; una temperatura che non permette di distruggere enzimi e tutte le qualità nutrizionali. Al posto della cottura i cibi vengono tagliati, affettati, frullati, centrifugati, marinati o disidratati. Scopriremo come con gli stessi ingredienti di un'insalata si possono preparare molte altre sfiziose pietanze. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Bodio	22/23A-06-19902	<i>Iscrizioni a Maria Teresa Citino — 091 873 20 82 (uff) — cpa.citino@gmail.com, oppure online</i> L. Quattro	8-12	1 gio	19.00-22.30	22.09	CHF 50.–
Cucina e spiritualità di Bahia, Brasile		 Per chi è nato in Bahia il cibo, le spezie ed i colori sono più che un'esperienza gastronomica, sono esperienze spirituali. In questo corso impareremo come preparare sfiziose ricette e, allo stesso tempo, la cultura e le tradizioni di questa meravigliosa parte del Brasile. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Gravesano	22/23A-06-28002	<i>Iscrizioni a Davide Patriarca — 077 405 67 09 — cpa.patriarca@gmail.com, oppure online</i> D. Oliveira Marques	8-12	1 mer	19.00-22.30	12.10	CHF 50.–
Cucina egiziana		Il corso propone un menu completo ricco dei sapori autentici della cucina egiziana. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Gravesano	22/23A-06-28003	<i>Iscrizioni a Davide Patriarca — 077 405 67 09 — cpa.patriarca@gmail.com, oppure online</i> A. Hassan	8-12	1 mer	19.00-22.30	19.10	CHF 50.–
Cucina emiliana		 La cucina emiliana è indubbiamente una cucina saporita e generosamente condita. Impariamo i segreti delle sue gustose ricette. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Camignolo	22/23A-06-21010	<i>Iscrizioni a Luciana Demarchi — 077 418 73 29 — cpa.demarchi@gmail.com, oppure online</i> F. Valsangiacomo	8-12	1 mer	19.00-22.30	26.10	CHF 50.–
Cucina toscana		 La cucina toscana è una delle più antiche tra le cucine regionali italiane. Cucineremo piatti tipici e tradizionali. Più CHF 30.– per gli alimenti.					
Camignolo	22/23A-06-21011	<i>Iscrizioni a Luciana Demarchi — 077 418 73 29 — cpa.demarchi@gmail.com, oppure online</i> F. Valsangiacomo	8-12	1 mer	19.00-22.30	09.11	CHF 50.–
Cucina vietnamita		La cucina vietnamita combina fragranze, sapori e colori, basandosi sulla filosofia dei cinque elementi collegati ai cinque sapori fondamentali: dolce (terra), salato (acqua), amaro (fuoco), aspro (legno), piccante (metallo). Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Camignolo	22/23A-06-21005	<i>Iscrizioni a Luciana Demarchi — 077 418 73 29 — cpa.demarchi@gmail.com, oppure online</i> S. Mori	8-12	1 gio	19.00-22.30	29.09	CHF 50.–
Cupcakes che passione!		Ogni stagione porta con sé decorazioni diverse. Per questo Natale impariamo a decorare e farcire con il frosting il Cupcake! Il corso propone la preparazione della base del Cupcake, del frosting e delle decorazioni in pasta di zucchero. Più CHF 35.– per gli alimenti e il kit per il cake design.					
Gerra Piano	22/23A-06-27302	<i>Iscrizioni a Silvana Chinelli — 079 681 08 26 — cpa.chinelli@gmail.com, oppure online</i> P. Pignataro	8-12	1 mar	19.00-22.30	29.11	CHF 50.–
Dolci arabi		 Scopriamo insieme i dolci più famosi del Medio Oriente. Prepariamo delle ricette originali tra le quali alcune senza glutine. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Gravesano	22/23A-06-28004	<i>Iscrizioni a Davide Patriarca — 077 405 67 09 — cpa.patriarca@gmail.com, oppure online</i> A. Hassan	8-12	1 mer	19.00-22.30	16.11	CHF 50.–
Dolci castagne		In cucina la castagna è regina. Impariamo come utilizzare questo frutto autunnale realizzando ricette sfiziose grazie alla sua versatilità. Più CHF 20.– per gli alimenti.					
Minusio	22/23A-06-42902	<i>Iscrizioni a Viviana Grilli — 078 611 49 35 — cpa.grilli@gmail.com, oppure online</i> P. Ritter	8-12	1 gio	19.00-22.30	27.10	CHF 50.–
Dolci e biscotti delle feste		Per stupire e stupirti con dolci e biscotti da pasticceria, da servire o regalare. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Tesserete	22/23A-06-55012	<i>Iscrizioni a Barbara Sassi Cantinotti — 076 225 69 73 — cpa.sassi@gmail.com, oppure online</i> N. Garganigo	8-12	1 lun	19.00-22.30	05.12	CHF 50.–

CORSO	CODICE	DOCENTE	PARTECIPANTI	DURATA	ORARIO	INIZIO	TASSA
Dolci fit per l'autunno		 Anche nel periodo autunno-inverno è possibile cucinare un dolce buono, uguale a quello originale della tradizione, sostituendo gli ingredienti "fat" con quelli "fit". Il corso è adatto agli sportivi, ai celiaci, agli intolleranti al lattosio ed a chi ha scelto un'alimentazione vegana e sana. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Morbio Inferiore 22/23A-06-44006		<i>Iscrizioni a Loredana Ineichen — 076 578 11 80 — cpa.ineichen@gmail.com, oppure online</i> L. Quattro	8-12	1 mer	19.00-22.30	09.11	CHF 50.–
Due chiacchiere in cucina con Sandra: la cucina Hygge		 Partecipare a questo corso di cucina Hygge significa apprendere nuove nozioni e ricette, ma anche socializzare con amici e colleghi in un clima di serenità e relax. Più CHF 30.– per gli alimenti.					
Faido 22/23A-06-26005		<i>Iscrizioni a Cinzia Zanzi — 076 792 06 94 — cpa.zanzi@gmail.com, oppure online</i> S. Defanti	9-12	1 mer	19.00-22.30	05.10	CHF 50.–
Due chiacchiere in cucina con Sandra: la cucina thai		 Partecipare a questo corso di cucina thai significa apprendere nuove nozioni e ricette, ma anche socializzare con amici e colleghi in un clima di serenità e relax. Più CHF 30.– per gli alimenti.					
Faido 22/23A-06-26007		<i>Iscrizioni a Cinzia Zanzi — 076 792 06 94 — cpa.zanzi@gmail.com, oppure online</i> S. Defanti	9-12	1 lun	19.00-22.30	07.11	CHF 50.–
Empanadas argentinas gourmet		Partiamo per un viaggio virtuale verso l'Argentina: impariamo a preparare le empanadas gourmet con tre sapori diversi, accompagnate da salsa chimichurri e vino argentino. Pronti? Si partel! Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Minusio 22/23A-06-42905		<i>Iscrizioni a Viviana Grilli — 078 611 49 35 — cpa.grilli@gmail.com, oppure online</i> L. Caligiuri	8-12	1 sab	09.00-12.30	12.11	CHF 50.–
Empanadas: i tre sapori tradizionali dell'argentina		Impariamo a preparare tre tipi diversi di empanadas, con carne di manzo, pollo e tonno, accompagnate da salsa chimichurri e vino argentino. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Minusio 22/23A-06-42904		<i>Iscrizioni a Viviana Grilli — 078 611 49 35 — cpa.grilli@gmail.com, oppure online</i> L. Caligiuri	8-12	1 sab	09.00-12.30	22.10	CHF 50.–
Filetto alla Wellington		Il filetto alla Wellington è un piatto prelibato, perfetto per un'occasione speciale come il Natale. Prepareremo contorni e salse da abbinare, scoprendo che non è così difficile da cucinare. Più CHF 30.– per gli alimenti.					
Riva San Vitale 22/23A-06-48005		<i>Iscrizioni a Marica Grandi — 079 951 77 89 — cpa.grandi@gmail.com, oppure online</i> S. Varenna	8-12	1 mer	19.00-22.30	30.11	CHF 50.–
Finger food: speciale Natale		Prepareremo dei veri e propri capolavori in bicchieri, ciotoline e cucchiari utilizzando prodotti di stagione.					
Minusio 22/23A-06-42903		<i>Iscrizioni a Viviana Grilli — 078 611 49 35 — cpa.grilli@gmail.com, oppure online</i> P. Ritter	8-12	1 gio	19.00-22.30	10.11	CHF 50.–
Fondue Bourguignonne		La Fondue Bourguignonne è una ricetta svizzera, che consiste nel rosolare dei cubetti di manzo nell'olio bollente e poi intingerli in varie salse che impareremo a preparare con ingredienti sfiziosi. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Lodrino 22/23A-06-35012		<i>Iscrizioni a Stella Beggia — 078 822 82 94 — cpa.beggia@gmail.com, oppure online</i> E. Rizzuti	8-12	1 mer	19.00-22.30	07.12	CHF 50.–
Fondue Chinoise classica		Scopriremo tante varianti di salsine per accompagnare la fondue Chinoise e avremo modo di degustarle per cena. Più CHF 30.– per gli alimenti.					
Lugano 22/23A-06-38008		<i>Iscrizioni a Angela Besomi — 079 560 54 45 — cpa.besomi@gmail.com, oppure online</i> S. Varenna	8-12	1 gio	19.00-22.30	10.11	CHF 50.–
Fondue Chinoise con salse etniche		 Un grande classico della nostra tradizione rivisitato con salse etniche. Più CHF 35.– per gli alimenti.					
Morbio Inferiore 22/23A-06-44004		<i>Iscrizioni a Loredana Ineichen — 076 578 11 80 — cpa.ineichen@gmail.com, oppure online</i> L. Robinson	8-12	1 mar	19.00-22.30	06.12	CHF 50.–
Fondue Chinoise vegana		 Trasformiamo questo famoso piatto della tradizione in un piatto plant-based. Vieni a scoprire come. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Bodio 22/23A-06-19903		<i>Iscrizioni a Maria Teresa Citino — 091 873 20 82 (uff) — cpa.citino@gmail.com, oppure online</i> L. Quattro	8-12	1 gio	19.00-22.30	17.11	CHF 50.–
Lugano 22/23A-06-38010		<i>Iscrizioni a Angela Besomi — 079 560 54 45 — cpa.besomi@gmail.com, oppure online</i> E. Rizzuti	8-12	1 mer	19.00-22.30	09.11	CHF 50.–

CORSO	CODICE	DOCENTE	PARTECIPANTI	DURATA	ORARIO	INIZIO	TASSA
La fondue Chinoise con salse classiche e vegane		La fondue Chinoise, un piatto che non passa mai di moda; per renderla ancora più gustosa e leggera impareremo trucchi e consigli per preparare salse tradizionali e la loro variante senza uova, lattosio e glutine. Più CHF 30.– per carne e alimenti.					
Riva San Vitale	22/23A-06-48009	<i>Iscrizioni a Marica Grandi — 079 951 77 89 — cpa.grandi@gmail.com, oppure online</i> D. Vassalli	9-12	1 ven	19.00-22.30	25.11	CHF 50.–
Lodrino	22/23A-06-35003	<i>Iscrizioni a Stella Beggia — 078 822 82 94 — cpa.beggia@gmail.com, oppure online</i> E. Rizzuti	8-12	1 mer	19.00-22.30	12.10	CHF 50.–
Formaggi Fattoria del Faggio		Il pluripremiato Caseificio "Fattoria del Faggio" apre le porte per una serata dedicata al formaggio. Degusteremo formaggi di capra, mucca, mezzo e mezzo prodotti dalla fattoria. Prima della degustazione visiteremo il caseificio dove il casaro ci mostrerà come viene prodotta la robiola fresca e in seguito la procedura di mungitura delle capre in stalla.					
Tesserete	22/23A-06-55008	<i>Iscrizioni a Barbara Sassi Cantinotti — 076 225 69 73 — cpa.sassi@gmail.com, oppure online</i> E. Rezzonico	8-12	1 lun	19.00-22.30	14.11	CHF 50.–
Gnocchi alternativi		Prepareremo svariati tipi di gnocchi usando anche le farine ormai dimenticate, il tutto accompagnato da una squisita salsa. Più CHF 20.– per gli alimenti.					
Biasca	22/23A-06-18005	<i>Iscrizioni a Monica Lo Bianco — 079 682 51 82 — cpa.mlbianco@gmail.com, oppure online</i> E. Rizzuti	8-12	1 lun	19.00-22.30	21.11	CHF 50.–
Hamburger gourmet		Lo street food per eccellenza si trasforma in un piatto gourmet: creeremo tre hamburger dal pane alla farcitura, una salsa e un contorno. Corso adatto anche a vegani e intolleranti. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Tesserete	22/23A-06-55005	<i>Iscrizioni a Barbara Sassi Cantinotti — 076 225 69 73 — cpa.sassi@gmail.com, oppure online</i> L. Quattro	8-12	1 gio	19.00-22.30	29.09	CHF 50.–
Il giro del mondo in un menu		Un menu composto da ricette colorate e ricche di sapori di diverse culture culinarie. Un giro gastronomico passando da Argentina, Spagna, Libano, Cina e Inghilterra. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Riva San Vitale	22/23A-06-48003	<i>Iscrizioni a Marica Grandi — 079 951 77 89 — cpa.grandi@gmail.com, oppure online</i> S. Varenna	8-12	1 mer	19.00-22.30	19.10	CHF 50.–
Impariamo a fare il formaggio		La visita guidata con la casara ha una durata di due ore e comprende: visita del caseificio del Gottardo, del piccolo museo dell'alpeggio, visione di un breve filmato, produzione di una forma di formaggio che dopo circa 3/4 mesi di maturazione viene recapitata a domicilio. Seguirà una piccola degustazione. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Faido	22/23A-06-26006	<i>Iscrizioni a Cinzia Zanzi — 076 792 06 94 — cpa.zanzi@gmail.com, oppure online</i> Da definire	8-12	1 sab	10.00-13.30	15.10	CHF 50.–
In cucina con Andrea Camilleri		Durante questa serata ci immergeremo nel mondo della cucina siciliana e prepareremo alcuni dei piatti tipici raccontati nei meravigliosi libri dello scrittore Andrea Camilleri. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Lodrino	22/23A-06-35006	<i>Iscrizioni a Stella Beggia — 078 822 82 94 — cpa.beggia@gmail.com, oppure online</i> E. Rizzuti	8-12	1 mer	19.00-22.30	26.10	CHF 50.–
La cottura della carne		Tutti i trucchetti per rendere le nostre pietanze a base di carne, morbide, tenere e gustose. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Biasca	22/23A-06-18007	<i>Iscrizioni a Monica Lo Bianco — 079 682 51 82 — cpa.mlbianco@gmail.com, oppure online</i> E. Rizzuti	8-12	1 mer	19.00-22.30	21.09	CHF 50.–
La polenta e le sue sfumature		Preparazione della polenta in tutte le sue varietà, polenta gialla, rossa, viola, taragna di saraceno di mais bianco e i suoi riutilizzi per il giorno dopo e dopo ancora. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Tesserete	22/23A-06-55006	<i>Iscrizioni a Barbara Sassi Cantinotti — 076 225 69 73 — cpa.sassi@gmail.com, oppure online</i> S. Varenna	8-12	1 lun	19.00-22.30	21.11	CHF 50.–
Le tecniche della cucina senza grassi		Impariamo a utilizzare le tecniche di cottura che permettono agli alimenti di mantenere le loro proprietà per dei piatti squisiti per tutti i giorni. Scopriremo anche la cottura dei fritti senza grasso. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Lodrino	22/23A-06-35010	<i>Iscrizioni a Stella Beggia — 078 822 82 94 — cpa.beggia@gmail.com, oppure online</i> E. Rizzuti	8-12	1 mer	19.00-22.30	23.11	CHF 50.–
Cena thai Nuove ricette!		Voglia di sapori thai? Si cucineranno ricette thailandesi per una cena squisita! Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Camignolo	22/23A-06-21007	<i>Iscrizioni a Luciana Demarchi — 077 418 73 29 — cpa.demarchi@gmail.com, oppure online</i> S. Houari	8-12	1 gio	19.00-22.30	06.10	CHF 50.–

CORSO	CODICE	DOCENTE	PARTECIPANTI	DURATA	ORARIO	INIZIO	TASSA
La cucina thai con le sue spezie		Alla base della cucina thailandese vi sono innumerevoli spezie. Impareremo a conoscere le più importanti, per dare un tocco esotico alle nostre carni e verdure con una ricetta che delizierà i vostri famigliari e ospiti. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Bellinzona	22/23A-06-17008	<i>Iscrizioni a Mariella Wüest — 079 284 24 74 — cpa.wueest@gmail.com, oppure online</i> Y. Kanaya De Micheli					
Macaron		Serata all'insegna della bontà con un dolce a base di meringhe, ottenuto da una miscela di albume d'uovo, un pizzico di sale, farina di mandorle e zucchero a velo. Il macaron è comunemente farcito con crema ganache, marmellata o creme varie racchiuse tra due gusci. Più CHF 20.– per gli alimenti.					
Faido	22/23A-06-26003	<i>Iscrizioni a Cinzia Zanzi — 076 792 06 94 — cpa.zanzi@gmail.com, oppure online</i> I. Peduzzi					
Menu di Natale		Idee e ricette natalizie per stupire amici e parenti durante le festività. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Tesserete	22/23A-06-55010	<i>Iscrizioni a Barbara Sassi Cantinotti — 076 225 69 73 — cpa.sassi@gmail.com, oppure online</i> S. Varenna					
Nascita di un hamburger veg		Il cibo fast food si trasforma in cibo gourmet sano, leggero e nutriente, ma soprattutto vegetale. Impareremo a creare i burger bun, tipici panini per hamburger, colorati come le verdure. Assembleremo un hamburger con diverse farciture. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Bodio	22/23A-06-19901	<i>Iscrizioni a Maria Teresa Citino — 091 873 20 82 (uff) — cpa.citino@gmail.com, oppure online</i> L. Quattro					
Pane: corso base		Impareremo le tecniche base d'impasto, lavorazione e cottura di vari tipi di pane. Più CHF 20.– per gli alimenti.					
Faido	22/23A-06-26004	<i>Iscrizioni a Cinzia Zanzi — 076 792 06 94 — cpa.zanzi@gmail.com, oppure online</i> I. Peduzzi					
Pasticceria: monoporzioni moderne		Impareremo a creare dolci tentazioni: bignè, cannoncini, tartelette, babà, cannoli... Più CHF 20.– per gli alimenti.					
Faido	22/23A-06-26001	<i>Iscrizioni a Cinzia Zanzi — 076 792 06 94 — cpa.zanzi@gmail.com, oppure online</i> I. Peduzzi					
Piccola pasticceria		Avete in mente, quelle piccole delizie che attirano sia per la bellezza che per la gola? In questo corso imparerai a preparare la piccola pasticceria dolce e salata. Più CHF 25.– per alimenti.					
Tesserete	22/23A-06-5501	<i>Iscrizioni a Barbara Sassi Cantinotti — 076 225 69 73 — cpa.sassi@gmail.com, oppure online</i> G. Nayana					
Paté e terrine		Prepareremo diverse terrine e paté con verdure, carne e pesce. Semplici e buone per stupire i nostri ospiti. Più CHF 25.– per gli alimenti. Riduzione del 50% sulla tassa d'iscrizione per i detentori dell'abbonamento Arcobaleno annuale.					
Biasca	22/23A-06-18008	<i>Iscrizioni a Monica Lo Bianco — 079 682 51 82 — cpa.mlobianco@gmail.com, oppure online</i> E. Rizzuti					
Sandwich y empanadas		Ricette diverse per assaporare squisiti sandwich e empanadas da gustare in compagnia. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Morbio Inferiore	22/23A-06-44002	<i>Iscrizioni a Loredana Ineichen — 076 578 11 80 — cpa.ineichen@gmail.com, oppure online</i> L. Robinson					
Sella di capriolo		La classica sella di capriolo con tutti i contorni dedicati a questa pietanza: spätzli, cabis rosso, mele cotte, castagne caramellate, ... Più CHF 30.– per gli alimenti.					
Camignolo	22/23A-06-21009	<i>Iscrizioni a Luciana Demarchi — 077 418 73 29 — cpa.demarchi@gmail.com, oppure online</i> F. Valsangiacomo					
Riva San Vitale	22/23A-06-48004	<i>Iscrizioni a Marica Grandi — 079 951 77 89 — cpa.grandi@gmail.com, oppure online</i> S. Varenna					
Tesserete	22/23A-06-55007	<i>Iscrizioni a Barbara Sassi Cantinotti — 076 225 69 73 — cpa.sassi@gmail.com, oppure online</i> S. Varenna					

CORSO	CODICE	DOCENTE	PARTECIPANTI	DURATA	ORARIO	INIZIO	TASSA
Selvaggina		Non solo sella di capriolo! Attraverso ricette stuzzicanti e facili da realizzare, si valorizzeranno tagli di carne riscoprendo il piacere di una cucina gustosa e di stagione. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Biasca	22/23A-06-18002	<i>Iscrizioni a Monica Lo Bianco — 079 682 51 82 — cpa.mlobianco@gmail.com, oppure online</i> E. Rizzuti	8-12	1 lun	19.00-22.30	10.10	CHF 50.–
Camignolo	22/23A-06-21008	<i>Iscrizioni a Luciana Demarchi — 077 418 73 29 — cpa.demarchi@gmail.com, oppure online</i> F. Valsangiacomo	8-12	1 mer	19.00-22.30	28.09	CHF 50.–
Minusio	22/23A-06-42901	<i>Iscrizioni a Viviana Grilli — 078 611 49 35 — cpa.grilli@gmail.com, oppure online</i> P. Ritter	8-12	1 gio	19.00-22.30	06.10	CHF 50.–
Sushi		Creeremo un prelibato piatto della cucina giapponese, preparando diversi tipi di sushi, con pesce, alghe nori e verdure. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Camignolo	22/23A-06-21003	<i>Iscrizioni a Luciana Demarchi — 077 418 73 29 — cpa.demarchi@gmail.com, oppure online</i> S. Mori	8-12	1 sab	09.30-13.00	24.09	CHF 50.–
Ramen		NUOVO La ricetta originale di questo piatto giapponese richiede diverse ore di preparazione. Impareremo a riproporlo in modo facile e rapido mantenendone il tradizionale sapore. Più CHF 25.– per alimenti.					
Riva San Vitale	22/23A-06-48016	<i>Iscrizioni a Marica Grandi — 079 951 77 89 — cpa.grandi@gmail.com, oppure online</i> Y. Kanaya De Micheli	8-12	1 lun	19.00-22.30	21.11	CHF 50.–
Svuota frigo		NUOVO Al termine delle festività ci ritroviamo nel frigorifero diverse rimanenze. Come utilizzarle? Scopriremo ricette e trucchi per non sprecare nulla. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Lodrino	22/23A-06-35011	<i>Iscrizioni a Stella Beggia — 078 822 82 94 — cpa.beggia@gmail.com, oppure online</i> E. Rizzuti	8-12	1 mer	19.00-22.30	30.11	CHF 50.–
Taboulé & Ma'loube!		NUOVO Prepariamo una cena colorata e saporita, composta da diversi piatti tipici della cucina levantina. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Gravesano	22/23A-06-28001	<i>Iscrizioni a Davide Patriarca — 077 405 67 09 — cpa.patriarca@gmail.com, oppure online</i> A. Hassan	8-12	1 gio	19.00-22.30	29.09	CHF 50.–
Torte e biscotti		Prepariamo grazie a semplici trucchetti, torte e biscotti da veri pasticceri. Più CHF 20.– per gli alimenti.					
Biasca	22/23A-06-18004	<i>Iscrizioni a Monica Lo Bianco — 079 682 51 82 — cpa.mlobianco@gmail.com, oppure online</i> E. Rizzuti	8-12	1 lun	19.00-22.30	24.10	CHF 50.–
Visita caseificio Rigozzi con degustazione		Conosceremo una realtà della valle di Blenio attraverso la visita del Caseificio Rigozzi e degusteremo i loro buonissimi formaggi. Più CHF 20.– per i formaggi.					
Valle di Blenio	22/23A-06-18009	<i>Iscrizioni a Monica Lo Bianco — 079 682 51 82 — cpa.mlobianco@gmail.com, oppure online</i> S. Rigozzi	9-12	1 mar	19.30-22.00	04.10	CHF 45.–
Zucca: la regina dell'autunno		Realizziamo un menu completo a base di zucca. Ortaggio protagonista indiscusso dell'autunno per ricette gustose e colorate. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Biasca	22/23A-06-18003	<i>Iscrizioni a Monica Lo Bianco — 079 682 51 82 — cpa.mlobianco@gmail.com, oppure online</i> E. Rizzuti	8-12	1 lun	19.00-22.30	17.10	CHF 50.–
Riva San Vitale	22/23A-06-48008	<i>Iscrizioni a Marica Grandi — 079 951 77 89 — cpa.grandi@gmail.com, oppure online</i> D. Vassalli	9-12	1 ven	19.00-22.30	14.10	CHF 50.–
Zucca a tutto tondo		La zucca è un alimento a basso contenuto di calorie, protagonista di deliziose ricette dolci e salate, veloci e spettacolari. Impareremo tutto su questo ortaggio di colore arancione ricco di caroteni, minerali e vitamine. Esistono diversi tipi di zucca, scopriremo come riconoscerli e sceglierli per la giusta ricetta. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Morbio Inferiore	22/23A-06-44005	<i>Iscrizioni a Loredana Ineichen — 076 578 11 80 — cpa.ineichen@gmail.com, oppure online</i> L. Quattro	8-12	1 mar	19.00-22.30	11.10	CHF 50.–
Zuppe e pane dal mondo arabo Nuove ricette!		Continuiamo il nostro viaggio culinario preparando saporite zuppe dal mondo arabo accompagnate da un pane profumato. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Camignolo	22/23A-06-21012	<i>Iscrizioni a Luciana Demarchi — 077 418 73 29 — cpa.demarchi@gmail.com, oppure online</i> S. Houari	8-12	1 mar	19.00-22.30	04.10	CHF 50.–