



















CORSO	CODICE	DOCENTE	PARTECIPANTI	DURATA	ORARIO	INIZIO	TASSA
<b>BIRRE</b>							
<b>Birre non convenzionali e stili emergenti</b>		<b>NUOVO</b>	Il mondo della birra è in continua evoluzione. L'esplosione del numero di nuovi birrifici ha portato alla nascita di stili moderni e alla riscoperta di alcuni quasi scomparsi nel tempo. Al corso degusteremo e analizzeremo birre non convenzionali, ma non per questo meno gustose. Più CHF 30.– per le birre.				
Riva San Vitale	22/23P-06-48004	Iscrizioni a Marica Grandi — 079 951 77 89 — <a href="mailto:cpa.grandi@gmail.com">cpa.grandi@gmail.com</a> , oppure online		G. Genoni	9-12	1 ven	20.00-22.30 21.04 CHF 45.–
<b>Birre svizzere e premiate (parte 2)</b>		A questo corso si degusteranno e si analizzeranno alcune birre prodotte in Svizzera da differenti birrifici, che hanno vinto una medaglia agli ultimi Swiss Beer Awards. Non è necessario aver partecipato alla prima parte del corso. Più CHF 30.– per le birre.					
Riva San Vitale	22/23P-06-48015	Iscrizioni a Marica Grandi — 079 951 77 89 — <a href="mailto:cpa.grandi@gmail.com">cpa.grandi@gmail.com</a> , oppure online		G. Genoni	9-12	1 mer	20.00-22.30 03.05 CHF 45.–
<b>Birre ticinesi e formaggi della Valle di Blenio</b>		<b>NUOVO</b>	Un percorso degustativo attraverso le birre del nostro Ticino e i formaggi della Valle di Blenio. Più CHF 35.– per gli alimenti e le birre.				
Biasca	22/23P-06-18003	Iscrizioni a Monica Piantoni — 079 682 51 82 — <a href="mailto:cpa.mlobianco@gmail.com">cpa.mlobianco@gmail.com</a> , oppure online		A. Piantoni	8-12	1 mer	20.00-22.30 26.04 CHF 45.–
<b>Birre trappiste europee</b>		Al mondo attualmente esistono solamente 10 birrifici trappisti. In questo corso si degusteranno e si analizzeranno alcune birre trappiste provenienti da nazioni e birrifici diversi. Si scoprirà inoltre come sono nate queste birre e a quali condizioni possono essere definite tali. Più CHF 30.– per le birre.					
Riva San Vitale	22/23P-06-48003	Iscrizioni a Marica Grandi — 079 951 77 89 — <a href="mailto:cpa.grandi@gmail.com">cpa.grandi@gmail.com</a> , oppure online		G. Genoni	9-12	1 mer	20.00-22.30 29.03 CHF 45.–
<b>Birre: speciale Belgio</b>		Viaggio sensoriale nel tempo: dalle fermentazioni storiche alle innovazioni stilistiche, per conoscere l'affascinante mondo della birra belga. Degustazione guidata di 6 birre: esame visivo, olfattivo, gustativo e giudizio critico per imparare ad apprezzare la tecnica e le caratteristiche di queste straordinarie birre. Più CHF 25.– per le birre.					
Minusio	22/23P-06-42012	Iscrizioni a Viviana Grilli — 078 611 49 35 — <a href="mailto:cpa.grilli@gmail.com">cpa.grilli@gmail.com</a> , oppure online		R. Storni	8-12	1 gio	20:00-22:30 06.04 CHF 45.–
<b>Le birre del mondo incontrano prelibatezze ticinesi</b>		<b>NUOVO</b>	I sapori della tradizione ticinese incontrano le birre del mondo. Degusteremo 6 birre abbinata a formaggi, affettati, un dolce ed un abbinamento a sorpresa. Se il tempo lo permette il corso si svolgerà all'aperto. Più CHF 35.– per gli alimenti e le birre.				
Minusio	22/23P-06-42011	Iscrizioni a Viviana Grilli — 078 611 49 35 — <a href="mailto:cpa.grilli@gmail.com">cpa.grilli@gmail.com</a> , oppure online		R. Storni	8-12	1 gio	20:00-22:30 25.05 CHF 45.–
<b>COCKTAIL E ALTRE BEVANDE</b>							
<b>Cocktail del proibizionismo</b>		Impareremo a realizzare i più celebri drinks dei ruggenti anni 20 e 30. Il Gimlet, il Sazerac, Blue Bazar, Wisky sour, ecc. Più CHF 40.– per i cocktail.					
Bodio	22/23P-06-19004	Iscrizioni a Maria Teresa Citino — 091 873 20 82 (uff) — <a href="mailto:cpa.citino@gmail.com">cpa.citino@gmail.com</a> , oppure online		R. Docourt	8-12	1 gio	19.30-22.00 23.03 CHF 45.–
<b>Cocktail tropicali e frozen</b>		<b>NUOVO</b>	Impareremo a preparare fantastici cocktail tropicali. Dalla preparazione di sciroppi e puree fresche alla realizzazione di cocktail tiki, fusion e frozen. Cocktail preparati: Hurricane, Margarita, Pinha colada, Caipirinha, Mai Tai, Daiquiri. Più CHF 40.– per i cocktail				
Minusio	22/23P-06-42004	Iscrizioni a Viviana Grilli — 078 611 49 35 — <a href="mailto:cpa.grilli@gmail.com">cpa.grilli@gmail.com</a> , oppure online		R. Docourt	8-12	1 gio	19:00-21:30 11.05 CHF 45.–
<b>Degustare l'acqua: il mondo dell'idrosommelier</b>		La classe è anche acqua! Incolore, inodore, insapore, eppure dietro ad un bicchiere di acqua si nasconde molto di più. Una serata per conoscere il mondo dell'idrosommelier e per capire le differenze organolettiche dell'oro blu. Più CHF 25.– per le bibite.					
Lugano	22/23P-06-38005	Iscrizioni a Angela Besomi — 079 560 54 45 — <a href="mailto:cpa.besomi@gmail.com">cpa.besomi@gmail.com</a> , oppure online		E. Mozzini	8-12	1 gio	20.00-22.30 20.04 CHF 45.–

CORSO	CODICE	DOCENTE	PARTECIPANTI	DURATA	ORARIO	INIZIO	TASSA
<b>Gli aperitivi all'italiana: spritz &amp; co.</b>		Il prodotto "Made in Italy" che ha reso celebre l'aperitivo in tutto il mondo. Cocktail preparati: Spritz, Americano, Negroni, Boulevardier, Aperol sour, Twist Americano. Più CHF 40.– per i cocktail.					
Minusio	22/23P-06-42005	<i>Iscrizioni a Viviana Grilli — 078 611 49 35 — cpa.grilli@gmail.com, oppure online</i> R. Docourt					
			8-12	1 gio	19:00-21:30	20.04	CHF 45.–
<b>Happy hour</b>		Organizza l'aperitivo perfetto per una serata tra amici: 8 finger food e 4 drink. Più CHF 25.– per alimenti e cocktail.					
Tesserete	22/23P-06-55001	<i>Iscrizioni a Barbara Sassi Cantinotti — 076 225 69 73 — cpa.sassi@gmail.com, oppure online</i> S. Varena					
			8-12	1 lun	19.00-22.30	20.03	CHF 50.–
<b>Japanese Cocktails</b>		Una serata alla scoperta dei cocktail d'ispirazione nipponica. Partiremo dalle regole della mixologia per preparare e degustare alcuni cocktail a base di Sakè e ingredienti giapponesi. Il tutto accompagnato da sfiziosi snack. Più CHF 45.– per ingredienti e cocktail.					
Riva San Vitale	22/23P-06-48005	<i>Iscrizioni a Marica Grandi — 079 951 77 89 — cpa.grandi@gmail.com, oppure online</i> C. Volpi					
			9-12	1 ven	19.00-21.30	17.03	CHF 45.–
<b>Viaggi di spirito "il Gin"</b>		Degustando il gin! Approfondimenti su origine e caratteristiche di questo distillato secco prodotto dalla distillazione di un fermentato messo a macerare con una miscela di erbe, spezie, piante e radici, tra cui le bacche di ginepro, che ne caratterizzano il profumo ed il gusto. Più CHF 45.– per il gin.					
Bellinzona	22/23P-06-17002	<i>Iscrizioni a Mariella Wüest — 079 284 24 74 — cpa.wueest@gmail.com, oppure online</i> G. Fontana					
			9-12	1 mer	19.30-22.00	08.03	CHF 45.–
<b>CRESCERE INSIEME GRANDI E PICCOLI</b>							
<b>Ai fornelli con mamma o papà: pranzo dai sapori arabi</b>		Il corso propone un viaggio in terre lontane dove i bambini potranno cucinare un pranzo ricco di nuovi e deliziosi sapori. Cucineremo un pranzo a base di ricette arabe. Più CHF 30.– per gli alimenti.					
Camignolo	22/23P-06-21014	<i>Iscrizioni a Luciana Demarchi — 077 418 73 29 — cpa.demarchi@gmail.com, oppure online</i> S. Houari					
			7-7	1 sab	09.30-13.00	22.04	CHF 60.–
<b>Ai fornelli con mamma o papà: Sushi</b>		Creeremo un prelibato piatto della cucina giapponese, preparando diversi tipi di sushi con pesce, alghe nori, verdure. Più CHF 30.– per gli alimenti.					
Camignolo	22/23P-06-21007	<i>Iscrizioni a Luciana Demarchi — 077 418 73 29 — cpa.demarchi@gmail.com, oppure online</i> S. Mori					
			7-7	1 sab	09.30-13.00	25.03	CHF 60.–
<b>Arrotolato disegnato</b>		A macchie come una giraffa, con i cuoricini oppure con il tuo nome... insieme prepareremo un classico arrotolato con ripieno goloso e un aspetto del tutto unico. Più CHF 15.– per gli alimenti.					
Bellinzona	22/23P-06-17011	<i>Iscrizioni a Mariella Wüest — 079 284 24 74 — cpa.wueest@gmail.com, oppure online</i> S. Beggia					
			7-7	1 mer	14.00-16.30	10.05	CHF 60.–
<b>Biscotti pasquali</b>		Un, due, tre Pasqua! Prepareremo insieme dei golosi biscotti a tema pasquale con svariate decorazioni. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Bellinzona	22/23P-06-17005	<i>Iscrizioni a Mariella Wüest — 079 284 24 74 — cpa.wueest@gmail.com, oppure online</i> S. Beggia					
			7-7	1 mer	14.00-16.30	22.03	CHF 60.–
<b>Cupcake dolce... fantasia</b>		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 anche a chi ha scelto un'alimentazione vegana. Iscrizione: un adulto con un/a bambino/a (da 7 a 12 anni). Più CHF 20.– per gli alimenti.					
Morbio Inferiore	22/23P-06-44002	<i>Iscrizioni a Loredana Ineichen — 076 578 11 80 — cpa.ineichen@gmail.com, oppure online</i> L. Quattro					
			7-7	1 sab	09.30-12.00	13.05	CHF 60.–
<b>Dolci biscotti per Pasqua</b>		Prepareremo insieme dei buonissimi biscotti a tema pasquale e poi ci divertiremo a decorarli con sfiziose glasse. Iscrizione: un adulto con un/a bambino/a (da 7 a 12 anni). Più CHF 20.– per gli alimenti.					
Morbio Inferiore	22/23P-06-44001	<i>Iscrizioni a Loredana Ineichen — 076 578 11 80 — cpa.ineichen@gmail.com, oppure online</i> M. Giacobbe-Spanò					
			7-7	1 sab	09.30-12.00	01.04	CHF 60.–
<b>Empanadas argentinas e canastitas</b>		Prepariamo insieme le empanadas argentine classiche e le sfiziose canastitas ripiene (simili a delle empanadas ma aperte). Cucineremo le ricette classiche di carne, caprese e molte altre. Iscrizione: un adulto con un/a bambino/a (dai 6 ai 12 anni). Più CHF 30.– per gli alimenti.					
Minusio	22/23P-06-42007	<i>Iscrizioni a Viviana Grilli — 078 611 49 35 — cpa.grilli@gmail.com, oppure online</i> L. Caligiuri					
			7-7	1 sab	09:00-12:30	29.04	CHF 60.–






CORSO	CODICE	DOCENTE	PARTECIPANTI	DURATA	ORARIO	INIZIO	TASSA
<b>La cuoca con il mappamondo: speciale Europa</b>		Speciale Europa: ricette del nostro continente da scoprire e cucinare insieme! Una tappa per niente scontata in cui impareremo a cucinare piatti ricercati e stravaganti. Iscrizione di un adulto e un/a bambino/a (da 7 a 12 anni). Più CHF 30.– per gli alimenti.					
Tesserete	22/23P-06-55010	L. Quattro	7-7	1 sab	10.30-13.30	22.04	CHF 60.–
<i>Iscrizioni a Barbara Sassi Cantinotti — 076 225 69 73 — cpa.sassi@gmail.com, oppure online</i>							
<b>Polpette in salsa teriyaki e origami</b>		Prepariamo una tipica ricetta giapponese con polpette di manzo e onighiri. Dopo pranzo faremo un origami: le composizioni con la carta giapponesi. Più CHF 30.– per gli alimenti.					
Riva San Vitale	22/23P-06-48010	Y. Kanaya De Micheli	7-7	1 sab	10.00-13.00	11.03	CHF 60.–
<i>Iscrizioni a Marica Grandi — 079 951 77 89 — cpa.grandi@gmail.com, oppure online</i>							
<b>DESSERT E DOLCI</b>							
<b>Brioche e cornetti... che passione!</b>		Impariamo a preparare i diversi tipi di impasto, i classici "giri", le farciture e i piccoli segreti di ogni passaggio per creare brioche e cornetti belli e gustosi. Durante il corso è previsto un piccolo spuntino preparato dalla docente in precedenza. Più CHF 20.– per gli alimenti.					
Faido	22/23P-06-26003	I. Peduzzi	8-12	1 lun	18.30-22.00	17.04	CHF 50.–
<i>Iscrizioni a Cinzia Zanzi — 076 792 06 94 — cpa.zanzi@gmail.com, oppure online</i>							
<b>Colomba di pasta sfoglia con crema</b>		Ogni partecipante confezionerà la propria colomba dall'inizio alla fine. Una meraviglia per la vista e per il palato! Più CHF 20.– per gli alimenti.					
Faido	22/23P-06-26002	I. Peduzzi	8-12	1 lun	18.30-22.00	20.03	CHF 50.–
<i>Iscrizioni a Cinzia Zanzi — 076 792 06 94 — cpa.zanzi@gmail.com, oppure online</i>							
<b>Dalla marmellata alla crostata</b>		La crostata: il classico dolce della nonna, non così scontato! Dalla preparazione di alcuni tipi di marmellata, all'impasto della pasta frolla si arriverà a preparare delle crostate deliziose agli occhi e al palato. Più CHF 25.– per gli alimenti. <b>Riduzione del 50% sulla tassa d'iscrizione per i detentori dell'abbonamento Arcobaleno annuale.</b>					
Riva San Vitale	22/23P-06-48011	B. Sansossio	8-10	1 ven	16.00-19.30	10.03	CHF 50.–
<i>Iscrizioni a Marica Grandi — 079 951 77 89 — cpa.grandi@gmail.com, oppure online</i>							
<b>Dolci senza sensi di colpa. Nuove ricette!</b>		Vuoi imparare a sostituire ingredienti calorici con ingredienti fit? Creeremo dei dolci senza sensi di colpa, nutrienti, leggeri, belli e buoni. Più CHF 25.– per gli ingredienti.					
Tesserete	22/23P-06-55015	L. Quattro	8-12	1 gio	19.00-22.30	04.05	CHF 50.–
<i>Iscrizioni a Barbara Sassi Cantinotti — 076 225 69 73 — cpa.sassi@gmail.com, oppure online</i>							
<b>Pasticceria mignon!</b>		Confezioneremo dei mini cannoncini, sfogliatine, e altri dolci in versione mignon. Più CHF 20.– per gli alimenti.					
Faido	22/23P-06-26004	I. Peduzzi	8-12	1 lun	18.30-22.00	24.04	CHF 50.–
<i>Iscrizioni a Cinzia Zanzi — 076 792 06 94 — cpa.zanzi@gmail.com, oppure online</i>							
<b>Sua maestà il tiramisù</b>		Impareremo a realizzare il tiramisù classico e alcune sfiziose varianti. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Tesserete	22/23P-06-55013	S. Varena	8-12	1 lun	19.00-22.30	17.04	CHF 50.–
<i>Iscrizioni a Barbara Sassi Cantinotti — 076 225 69 73 — cpa.sassi@gmail.com, oppure online</i>							
<b>Torte e biscotti last minute</b>		Prepareremo gli impasti base della pasticceria: il pan di Spagna, il roulé, la pasta frolla e la pasta sfoglia; per torte e biscotti veloci e dal grande gusto. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Bellinzona	22/23P-06-17010	E. Rizzuti	8-12	1 mer	18.30-22.00	03.05	CHF 50.–
<i>Iscrizioni a Mariella Wüest — 079 284 24 74 — cpa.wueest@gmail.com, oppure online</i>							
<b>Torte e cake muffins senza glutine e lattosio</b>		A questo corso verranno proposte sfiziose ricette di torte e cake muffins, dolci e salate, senza lattosio, glutine e uova. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Riva San Vitale	22/23P-06-48014	D. Vassalli	9-10	1 ven	19.00-22.30	31.03	CHF 50.–
<i>Iscrizioni a Marica Grandi — 079 951 77 89 — cpa.grandi@gmail.com, oppure online</i>							
<b>ENOLOGIA</b>							
<b>Alla scoperta dei vini naturali</b>		Il vino, la viticoltura, la fermentazione e il lavoro in cantina. Verrà spiegata la differenza tra il vino convenzionale, quello biologico, il biodinamico e il vino naturale. Degusteremo vini naturali con un piccolo buffet. Più CHF 45.– per i vini e gli alimenti.					
Camignolo	22/23P-06-21018	P. Kaempf	9-12	1 mar	19.30-22.00	09.05	CHF 45.–
<i>Iscrizioni a Luciana Demarchi — 077 418 73 29 — cpa.demarchi@gmail.com, oppure online</i>							

CORSO	CODICE	DOCENTE	PARTECIPANTI	DURATA	ORARIO	INIZIO	TASSA
<b>Bollicine</b>		Origine e caratteristiche delle tipologie e dei diversi metodi di produzione delle amate "bollicine". Più CHF 60.– per i vini.					
Bodio	22/23P-06-19001	<i>Iscrizioni a Maria Teresa Citino — 091 873 20 82 (uff) — cpa.citino@gmail.com, oppure online</i> G. Fontana	8-12	2 mer	19.30-22.00	03.05	CHF 75.–
Minusio	22/23P-06-42017	<i>Iscrizioni a Viviana Grilli — 078 611 49 35 — cpa.grilli@gmail.com, oppure online</i> G. Fontana	8-12	2 lun	20:00-22:30	17.04	CHF 75.–
<b>Borgogna versus Piemonte</b>		Le diversità e le analogie tra il Pinot Nero e il Nebbiolo, protagonisti assoluti di due grandi aree di produzione, acclamate in tutto il mondo per i loro vini. Più CHF 60.– per i vini.					
Minusio	22/23P-06-42014	<i>Iscrizioni a Viviana Grilli — 078 611 49 35 — cpa.grilli@gmail.com, oppure online</i> G. Fontana	8-12	1 mar	20:00-22:30	02.05	CHF 45.–
<b>Cioccolato e vino</b>		 Sua maestà il cioccolato! Alla scoperta del meraviglioso mondo della cioccolata abbinato a vini e distillati. Più CHF 50.– per vini e alimenti.					
Bellinzona	22/23P-06-17009	<i>Iscrizioni a Mariella Wüest — 079 284 24 74 — cpa.wueest@gmail.com, oppure online</i> G. Fontana	9-12	1 mar	19.30-22.00	25.04	CHF 45.–
<b>Conoscenza dei vini 1</b>		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	22/23P-06-17001	<i>Iscrizioni a Mariella Wüest — 079 284 24 74 — cpa.wueest@gmail.com, oppure online</i> G. Fontana	9-12	4 lun	19.30-22.00	27.02	CHF 120.–
Lugano	22/23P-06-38004	<i>Iscrizioni a Angela Besomi — 079 560 54 45 — cpa.besomi@gmail.com, oppure online</i> E. Mozzini	8-12	4 gio	20.00-22.30	16.03	CHF 120.–
	22/23P-06-38001	S. Angioletti	8-12	4 lun	20.00-22.30	20.03	CHF 120.–
<b>Conoscenza dei vini 2</b>		Continua il tuo viaggio nell'affascinante mondo enologico. Approfondimento della conoscenza dei vini, dalla teoria alla degustazione. Più CHF 130.– per i vini.					
Biasca	22/23P-06-18001	<i>Iscrizioni a Monica Piantoni — 079 682 51 82 — cpa.mlbianco@gmail.com, oppure online</i> A. Piantoni	8-12	4 mar	20.00-22.30	14.03	CHF 120.–
Lugano	22/23P-06-38002	<i>Iscrizioni a Angela Besomi — 079 560 54 45 — cpa.besomi@gmail.com, oppure online</i> S. Angioletti	10-15	4 lun	20.00-22.30	24.04	CHF 120.–
Minusio	22/23P-06-42015	<i>Iscrizioni a Viviana Grilli — 078 611 49 35 — cpa.grilli@gmail.com, oppure online</i> G. Fontana	8-12	4 mar	20:00-22:30	28.02	CHF 120.–
<b>Conoscenza dei vini al buio</b>		 Un interessante viaggio alla scoperta del vino completamente al buio in collaborazione con Unitas. Si impara ad apprezzare la qualità, riconoscere i difetti, valutare la provenienza e conoscere le caratteristiche dei diversi vitigni, senza l'ausilio della vista. Un'esperienza sensoriale in un contesto unico per scoprire gusti, profumi e suoni dell'enologia. Più CHF 25.– per i vini. Sede: Casa Andreina, Lugano					
Gravesano	22/23P-06-28005	<i>Iscrizioni a Davide Patriarca — 077 405 67 09 — cpa.patriarca@gmail.com, oppure online</i> A. Valli	8-12	1 gio	19.45-22.30	20.04	CHF 45.–
<b>Grandi vini premiati</b>		 Entriamo nel mondo del prestigio con vini scelti e selezionati dai migliori intenditori. Si assaggeranno vini valutati "3 bicchieri dal Gambero Rosso" e vini di alta classifica dei "centesimi Parker". Più CHF 70.– per vini e alimenti.					
Lugano	22/23P-06-38003	<i>Iscrizioni a Angela Besomi — 079 560 54 45 — cpa.besomi@gmail.com, oppure online</i> S. Angioletti	10-15	1 lun	20.00-22.30	05.06	CHF 45.–
<b>I grandi rossi italiani incontrano i salumi della Valle di Blenio</b>		 Degusteremo alcune delle etichette più famose di vini rossi italiani che saranno accompagnati da buonissimi salumi della nostra Valle di Blenio. Più CHF 45.– per vini e salumi.					
Biasca	22/23P-06-18002	<i>Iscrizioni a Monica Piantoni — 079 682 51 82 — cpa.mlbianco@gmail.com, oppure online</i> M. Piantoni	8-12	1 gio	20.00-22.30	23.03	CHF 45.–
<b>I Nebbioli del Nord</b>		Un viaggio attraverso i nebbioli del nord, dalla Valtellina al Piemonte. Più CHF 45.– per i vini. <b>Riduzione del 50% sulla tassa d'iscrizione per i detentori dell'abbonamento Arcobaleno annuale.</b>					
Bellinzona	22/23P-06-17004	<i>Iscrizioni a Mariella Wüest — 079 284 24 74 — cpa.wueest@gmail.com, oppure online</i> G. Fontana	9-12	1 mer	19.30-22.00	15.03	CHF 45.–

CORSO	CODICE	DOCENTE	PARTECIPANTI	DURATA	ORARIO	INIZIO	TASSA
<b>I vini delle isole italiane: Sardegna</b>			Breve storia del vino e come arrivò in Italia la vite e la cultura della coltivazione e vinificazione. Focus sulla Sardegna scoprendo le particolarità di alcuni suoi vini oltre il Cannonau. Più CHF 45.– per i vini.				
Camignolo	22/23P-06-21019	<i>Isrizioni a Luciana Demarchi — 077 418 73 29 — cpa.demarchi@gmail.com, oppure online</i> P. Kaempf					
			9-12	1 gio	19.30-22.00	20.04	CHF 45.–
<b>Il Piemonte</b>		Alla scoperta dei diversi vitigni autoctoni del Piemonte che vantano una storia che risale all'antichità. Più CHF 60.– per i vini.					
Bodio	22/23P-06-19002	<i>Isrizioni a Maria Teresa Citino — 091 873 20 82 (uff) — cpa.citino@gmail.com, oppure online</i> G. Fontana					
			8-12	2 mer	19.30-22.00	22.03	CHF 75.–
<b>Il Pinot Nero</b>		Il vitigno per eccellenza tra spumanti e grandi vini rossi del mondo. Più CHF 50.– per i vini.					
Bellinzona	22/23P-06-17006	<i>Isrizioni a Mariella Wüest — 079 284 24 74 — cpa.wueest@gmail.com, oppure online</i> G. Fontana					
			9-12	1 lun	19.30-22.00	27.03	CHF 45.–
<b>Il Sangiovese</b>		Tutte le espressioni del vitigno responsabile di grandi vini dal Chianti al Brunello. Più CHF 50.– per i vini.					
Bellinzona	22/23P-06-17007	<i>Isrizioni a Mariella Wüest — 079 284 24 74 — cpa.wueest@gmail.com, oppure online</i> G. Fontana					
			9-12	1 mar	19.30-22.00	18.04	CHF 45.–
<b>La Bondola</b>			Un tempo era il vitigno più diffuso nel Cantone Ticino, noto dal 1785, oggi sempre più raro. La Bondola è coltivato solo in Ticino, in particolare nel Sopraceneri e per la sua salvaguardia è in corso l'iter per l'ottenimento del presidio Slow Food. Più CHF 30.– per i vini.				
Riva San Vitale	22/23P-06-48001	<i>Isrizioni a Marica Grandi — 079 951 77 89 — cpa.grandi@gmail.com, oppure online</i> A. Valli					
			9-12	1 lun	20.00-22.30	13.03	CHF 45.–
<b>La Svizzera in Bianco</b>			La Svizzera offre un'ampia gamma di vitigni, sia autoctoni sia internazionali, utilizzati per produrre vini bianchi locali. Durante la degustazione faremo un viaggio sensoriale delle diverse zone svizzere col bicchiere in mano. Più CHF 40.– per i vini.				
Riva San Vitale	22/23P-06-48002	<i>Isrizioni a Marica Grandi — 079 951 77 89 — cpa.grandi@gmail.com, oppure online</i> A. Valli					
			9-12	1 mer	20.00-22.30	19.04	CHF 45.–
<b>La verticale: 6 annate di un prestigioso vino ticinese</b>			La verticale, degustazione ideale per capire le differenze tra le diverse annate di uno stesso vino. Degusteremo 6 diverse annate di un prestigioso vino del Ticino. Più CHF 60.– per i vini.				
Minusio	22/23P-06-42013	<i>Isrizioni a Viviana Grilli — 078 611 49 35 — cpa.grilli@gmail.com, oppure online</i> G. Fontana					
			8-12	1 mer	20.00-22.30	26.04	CHF 45.–
<b>Swiss Wine Pro (la Svizzera nel bicchiere)</b>		Prosegue il 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	22/23P-06-28004	<i>Isrizioni a Davide Patriarca — 077 405 67 09 — cpa.patriarca@gmail.com, oppure online</i> A. Valli					
			8-12	1 mer	20.00-22.30	29.03	CHF 45.–
<b>Vini artigianali del Ticino</b>			Una degustazione di vini artigianali che vi porterà a scoprire sfumature diverse e uniche del nostro territorio! Più CHF 25.– per vini e affettati.				
Lugano	22/23P-06-38006	<i>Isrizioni a Angela Besomi — 079 560 54 45 — cpa.besomi@gmail.com, oppure online</i> E. Mozzini					
			8-12	1 gio	20.00-22.30	27.04	CHF 45.–
<b>Vini dei Grigioni</b>			Approfondiamo le conoscenze delle regioni viticole della Svizzera. Focus sul Grigioni e i suoi capolavori enologici. Più CHF 45.– per i vini.				
Gravesano	22/23P-06-28003	<i>Isrizioni a Davide Patriarca — 077 405 67 09 — cpa.patriarca@gmail.com, oppure online</i> A. Valli					
			8-12	1 gio	20.00-22.30	02.03	CHF 45.–
<b>Vini dell'Alsazia</b>			Alsazia meravigliosa regione vitivinicola con le sue sette sorelle nelle diverse versioni dei suoi vini. Più CHF 50.– per i vini.				
Minusio	22/23P-06-42016	<i>Isrizioni a Viviana Grilli — 078 611 49 35 — cpa.grilli@gmail.com, oppure online</i> G. Fontana					
			8-12	1 mer	20.00-22.30	01.03	CHF 45.–
<b>Vini vulcanici: Boom</b>			Il terroir è importante per il carattere dei vini, i suoli di origine vulcanica regalano vini di impronta minerale complessa e ricca. Vini originali, da zone uniche. Più CHF 40.– per i vini.				
Gravesano	22/23P-06-28006	<i>Isrizioni a Davide Patriarca — 077 405 67 09 — cpa.patriarca@gmail.com, oppure online</i> A. Valli					
			8-12	1 mer	20.00-22.30	26.04	CHF 45.–

CORSO	CODICE	DOCENTE	PARTECIPANTI	DURATA	ORARIO	INIZIO	TASSA
<b>Vino in pillole</b>		<b>NUOVO</b> L'ABC del vino: per imparare le basi della tecnica di degustazione del vino. Più CHF 35.– per i vini.					
Morbio Inferiore	22/23P-06-44010	<i>Iscrizioni a Loredana Ineichen — 076 578 11 80 — cpa.ineichen@gmail.com, oppure online</i> A. Valli	9-12	1 mar	20.00-22.30	25.04	CHF 45.–
<b>RICETTE DAL MONDO</b>							
<b>Apericena: boule e tapas!</b>		Un salto nella cultura spagnola per assaporare le sue tipiche tapas, stuzzichini perfetti come antipasti o aperitivi. Se poi accompagnati da una buona sangria... il buonumore ed il successo sono assicurati! Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Camignolo	22/23P-06-21006	<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	31.05	CHF 50.–
<b>Apericena: i sapori dell'India</b>		<b>NUOVO</b> Prepariamoci alla bella stagione fatta di serate all'aperto con tante idee per allestire un apericena indiano con i fiocchi. Sfizioso come solo un aperitivo può essere ma completo come una cena. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Camignolo	22/23P-06-21017	<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	11.05	CHF 50.–
<b>Cena giapponese VEG</b>		<b>NUOVO</b> La cucina giapponese è molto varia e complessa, ma estremamente vicina alla cultura VEG. Al corso impareremo sfiziose ricette per una gustosa cena dall'antipasto al dessert. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Camignolo	22/23P-06-21009	<i>Iscrizioni a Luciana Demarchi — 077 418 73 29 — cpa.demarchi@gmail.com, oppure online</i> S. Mori	8-12	1 mar	19.00-22.30	09.05	CHF 50.–
<b>Cena marocchina VEG</b>		<b>NUOVO</b> La cucina marocchina è molto varia grazie all'influenza di diverse culture: berbera, moresca, mediterranea e araba e all'utilizzo di spezie ed erbe aromatiche. Al corso prepareremo una cena veg dall'antipasto al dessert. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Camignolo	22/23P-06-21011	<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	30.03	CHF 50.–
<b>Cena siriana</b> <b>Nuove ricette!</b>		La Siria è conosciuta per la sua arte gastronomica antica che ha tratto profitto dalla cucina ottomana e francese. Durante questa serata cucineremo diverse ricette tipiche. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Camignolo	22/23P-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	20.04	CHF 50.–
<b>Cucina coreana: menù completo</b>		<b>NUOVO</b> Viaggio sensoriale in Corea. Prepareremo un menù completo a base di Kimchi (verdure), Bibimbap (riso), Bulgogi (carne di manzo) e Jjimdalgal (carne di pollo) accompagnato da tè di zenzero e cannella. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Minusio	22/23P-06-42006	<i>Iscrizioni a Viviana Grilli — 078 611 49 35 — cpa.grilli@gmail.com, oppure online</i> S. Kim Caretti	8-12	1 gio	19.00-22.30	16.03	CHF 50.–
<b>Cucina e spiritualità di Bahia, Brasile</b>		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	22/23P-06-28001	<i>Iscrizioni a Davide Patriarca — 077 405 67 09 — cpa.patriarca@gmail.com, oppure online</i> D. Oliveira Marques	8-12	1 sab	19.00-22.30	18.03	CHF 50.–
<b>Cucina messicana vegana</b>		<b>NUOVO</b> Mangiare vegano può essere facile e saporito. Impareremo a cucinare i piatti tipici di questo paese gustosi, saporiti, speziati e VEG. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Morbio Inferiore	22/23P-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	28.03	CHF 50.–
<b>Cucinare nel wok</b>		Il wok consente di cuocere al vapore o di friggere. Al corso impareremo le tecniche di cottura nel wok della verdura, del riso, della pasta, della carne e dei gamberi. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Camignolo	22/23P-06-21008	<i>Iscrizioni a Luciana Demarchi — 077 418 73 29 — cpa.demarchi@gmail.com, oppure online</i> S. Mori	8-12	1 mar	19.00-22.30	18.04	CHF 50.–
<b>Empanadas argentinas gourmet</b>		Partiamo per un viaggio virtuale per l'Argentina: impariamo a preparare le empanadas gourmet con tre sapori diversi, accompagnate da salsa chimichurri e vino argentino. Pronti? Si parte! Più CHF 25.– per gli alimenti e il vino.					
Minusio	22/23P-06-42009	<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	13.05	CHF 50.–

CORSO	CODICE	DOCENTE	PARTECIPANTI	DURATA	ORARIO	INIZIO	TASSA
<b>Empanadas argentinas mix: gourmet e classiche</b>		Prepareremo le empanadas argentine classiche di pollo e manzo, la variante gourmet humita con besciamella e mais e le empanadas vegetariane. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Minusio	22/23P-06-42008	<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	06.05	CHF 50.–
<b>Finger food napoletano</b>		Cucineremo una selezione di rustici napoletani in versione mini per un assaggio della spettacolare rosticceria partenopea e a seguire un tipico dolce locale. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Tesserete	22/23P-06-55005	<i>Iscrizioni a Barbara Sassi Cantinotti — 076 225 69 73 — cpa.sassi@gmail.com, oppure online</i> V. Maione	8-12	1 gio	19:00-22.30	02.03	CHF 50.–
<b>Il mezzé: antipasti arabi VEG</b>		Il mezzé... una selezione di antipasti e stuzzichini da tutto il mondo arabo preparati con ingredienti VEG. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Camignolo	22/23P-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	04.04	CHF 50.–
<b>Il segreto di una buona tajine</b> <b>Nuove ricette!</b>		Prepareremo diverse ricette utilizzando la tajine, un particolare piatto in terra cotta con il coperchio a forma di cono capace di potenziare al massimo l'aroma e il gusto dei cibi. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Camignolo	22/23P-06-21010	<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	14.03	CHF 50.–
<b>Invito a cena nel Veneto</b>		Il Veneto è la regione del fegato, delle sarde, dei risotti, delle paste e fagioli e dell'Amarone! Impareremo a realizzare gustose ricette della regione! Più CHF 30.– per gli alimenti.					
Camignolo	22/23P-06-21003	<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	05.04	CHF 50.–
<b>La cucina abruzzese</b>		Conosciamo insieme la cucina abruzzese attraverso i suoi profumi, ingredienti e sapori. Cucineremo le ricette tipiche della regione. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Tesserete	22/23P-06-55007	<i>Iscrizioni a Barbara Sassi Cantinotti — 076 225 69 73 — cpa.sassi@gmail.com, oppure online</i> S. Varena	8-12	1 lun	19:00-22.30	13.03	CHF 50.–
<b>Lengua a la vinagreta argentina</b>		La lengua a la vinagreta è un piatto classico della cucina argentina! Il piatto delle feste e della tradizione a base di lingua di manzo e accompagnato da insalata russa. Insieme ai piatti cucinati berremo un gustoso vino argentino. Più CHF 25.– per gli alimenti e il vino.					
Minusio	22/23P-06-42010	<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	27.05	CHF 50.–
<b>Menù goloso partenopeo</b>		Il menù si compone di 3 invitanti portate: bruschette con peperoni saltati in padella, pasta e patate al forno con provola e una deliziosa torta caprese. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Tesserete	22/23P-06-55014	<i>Iscrizioni a Barbara Sassi Cantinotti — 076 225 69 73 — cpa.sassi@gmail.com, oppure online</i> V. Maione	8-12	1 mar	19:00-22.30	18.04	CHF 50.–
<b>Paella</b>		Cucineremo la paella: piatto tradizionale della cucina spagnola a base di riso, zafferano, verdure, carne o frutti di mare. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Camignolo	22/23P-06-21004	<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	26.04	CHF 50.–
<b>Panini dal Mondo!</b>		Dal Cile a Cuba, dall'Inghilterra alla Svezia... ci sono panini originali, stravaganti che stuzzicano il palato facendo provare gusti fuori dal comune, prepariamoli insieme! Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Morbio Inferiore	22/23P-06-44005	<i>Iscrizioni a Loredana Ineichen — 076 578 11 80 — cpa.ineichen@gmail.com, oppure online</i> L. Robinson	8-12	1 mer	19:00-22.30	03.05	CHF 50.–
<b>Pasta al forno napoletana e polpette al sugo</b>		La pasta al forno napoletana condita con un delizioso sugo di gustose polpette. Un piatto ricco, saporito e tipico dei pranzi domenicali con dessert a sorpresa. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Tesserete	22/23P-06-55009	<i>Iscrizioni a Barbara Sassi Cantinotti — 076 225 69 73 — cpa.sassi@gmail.com, oppure online</i> V. Maione	8-12	1 gio	19:00-22.30	23.03	CHF 50.–
<b>Poke e bibimbap</b>		Il Poke è un piatto hawaiano a base di pesce crudo marinato in una ciotola di riso. Il bibimbap è un piatto coreano creato con verdure e carne. Entrambe le ricette sono sane, equilibrate e possono essere preparate anche con ingredienti vegetali. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Riva San Vitale	22/23P-06-48009	<i>Iscrizioni a Marica Grandi — 079 951 77 89 — cpa.grandi@gmail.com, oppure online</i> Y. Kanaya De Micheli	8-10	1 mar	19:00-22.30	07.03	CHF 50.–

CORSO	CODICE	DOCENTE	PARTECIPANTI	DURATA	ORARIO	INIZIO	TASSA
<b>Rainbow roll sushi</b>							
			Il sushi più arcobaleno del Giappone! Durante il corso impareremo a preparare uno dei più famosi ed apprezzati rotoli uramaki con i prodotti del mediterraneo e l'avocado. Più CHF 25.– per gli alimenti.				
Riva San Vitale		<i>Iscrizioni a Marica Grandi — 079 951 77 89 — cpa.grandi@gmail.com, oppure online</i>					
22/23P-06-48007	S. Varenna	8-10	1 mer	19.00-22.30	05.04	CHF	50.–
<b>Sapori avventurosi dalla Via della Seta</b>							
			La cucina della Via della Seta è un ricco mosaico. Un viaggio di ricette e sapori che parte dalla Cina e arriva al Mar Mediterraneo. Più CHF 25.– per gli alimenti.				
Camignolo		<i>Iscrizioni a Luciana Demarchi — 077 418 73 29 — cpa.demarchi@gmail.com, oppure online</i>					
22/23P-06-21016	S. Houari	8-12	1 gio	19.00-22.30	04.05	CHF	50.–
<b>Taboulé &amp; Ma'loube</b>							
		<b>Nuove ricette!</b>	Prepariamo una cena colorata e saporita, composta da diversi piatti tipici della cucina siriana e libanese. Più CHF 25.– per gli alimenti.				
Gravesano		<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	11.05	CHF	50.–
<b>Tapas y sangria: molto di più di un aperitivo</b>							
			Le tapas sono dei piccoli assaggi di ricette tipiche della tradizione culinaria spagnola. Impareremo a prepararle insieme gustandole con una deliziosa sangria. Più CHF 25.– per gli alimenti.				
Morbio Inferiore		<i>Iscrizioni a Loredana Ineichen — 076 578 11 80 — cpa.ineicheni@gmail.com, oppure online</i>					
22/23P-06-44003	L. Robinson	8-12	1 mer	19.00-22.30	29.03	CHF	50.–
<b>TECNICHE DI CUCINA</b>							
<b>Antipasti e aperitivi di pasta salata</b>							
			Impareremo a creare appetitosi aperitivi e antipasti come tartellette, mini pizzette e altre prelibatezze a base di pasta salata. Più CHF 20.– per gli alimenti.				
Faido		<i>Iscrizioni a Cinzia Zanzi — 076 792 06 94 — cpa.zanzi@gmail.com, oppure online</i>					
22/23P-06-26001	I. Peduzzi	8-12	1 lun	18.30-22.00	06.03	CHF	50.–
<b>Apericena primaverile: con prodotti di stagione.</b>							
		<b>Nuove ricette!</b>	Impariamo a preparare un apericena con i flocchi! Sfizioso come solo un aperitivo può essere, ma non impegnativo come una cena. Si imparano tante ricette smart per stupire con poco! Più CHF 25.– per gli alimenti.				
Minusio		<i>Iscrizioni a Viviana Grilli — 078 611 49 35 — cpa.grilli@gmail.com, oppure online</i>					
22/23P-06-42002	P. Ritter	8-12	1 gio	19.00-22.30	27.04	CHF	50.–
<b>Buddha bowl: la ciotola della salute</b>							
			Creare un pasto equilibrato e completo utilizzando cibi che danno energia ma che non appesantiscono non è facile! In questo corso imparerai a creare un piatto completo sano per i tuoi pranzi fuori casa. Più CHF 25.– per gli alimenti.				
Tesserete		<i>Iscrizioni a Barbara Sassi Cantinotti — 076 225 69 73 — cpa.sassi@gmail.com, oppure online</i>					
22/23P-06-55012	L. Quattro	8-12	1 gio	19.00-22.30	13.04	CHF	50.–
<b>Cheesecake</b>							
			La famosa torta a base di formaggio, fresca e dal gusto inconfondibile. Impareremo a realizzare 6 differenti cheesecake e diverse creme e coperture. Più CHF 25.– per gli alimenti.				
Tesserete		<i>Iscrizioni a Barbara Sassi Cantinotti — 076 225 69 73 — cpa.sassi@gmail.com, oppure online</i>					
22/23P-06-55008	S. Varenna	8-12	1 lun	19.00-22.30	22.05	CHF	50.–
<b>Cotture chimiche naturali e le tecniche di cottura della carne</b>							
			Scopriremo le tecniche di cottura della carne: dalla brasatura alla lessatura fino alla cottura sottovuoto, per ottenere il risultato migliore a seconda della tipologia di carne. Il tutto accompagnato da contorni crudi in cottura chimica di acidi naturali e spezie. Più CHF 30.– per gli alimenti				
Morbio Inferiore		<i>Iscrizioni a Loredana Ineichen — 076 578 11 80 — cpa.ineicheni@gmail.com, oppure online</i>					
22/23P-06-44007	D. Bucher	8-12	1 gio	19.00-22.30	23.03	CHF	50.–
<b>Cucinare con le erbe aromatiche</b>							
			Impariamo ad usare ed abbinare le erbe aromatiche con gli alimenti giusti preparando una deliziosa cena. Più CHF 25.– per gli alimenti.				
Lugano		<i>Iscrizioni a Angela Besomi — 079 560 54 45 — cpa.besomi@gmail.com, oppure online</i>					
22/23P-06-38009	S. Varenna	8-12	1 mar	19.00-22.30	21.03	CHF	50.–
<b>Cucinare nel forno a legna</b>							
			Il corso insegna a cuocere tre tipi di alimenti (il pane, la pizza ed alcune torte) nel tradizionale forno a legna. Più CHF 30.– per gli alimenti. La lezione teorica viene svolta venerdì 05 maggio, orario 20.00-22.00 (sede Minusio). Le lezioni pratiche sono previste: sabato 06 e 13 maggio, orario 10.00-13.30 (sede Brione sopra Minusio).				
Minusio		<i>Iscrizioni a Viviana Grilli — 078 611 49 35 — cpa.grilli@gmail.com, oppure online</i>					
22/23P-06-42001	M. Bonzanigo	8-8	3 ven	20:00-22:00	05.05	CHF	120.–



CORSO	CODICE	DOCENTE	PARTECIPANTI	DURATA	ORARIO	INIZIO	TASSA
<b>Cupido tra i fornelli</b>		Menu dedicato alla festa degli innamorati dall'antipasto al dessert. Iscrivetevi con il/la vostro/a partner per imparare ricette sfiziose e passare una piacevole serata. Più CHF 30.– per gli alimenti.					
Tesserete	22/23P-06-55003	<i>Iscrezioni 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	13.02	CHF 50.–
<b>Dolci di Pasqua facili e veloci</b>		Impossibile resistere al richiamo dei dolci pasquali. Durante il corso impareremo alcuni segreti per realizzare ricette veloci e pratiche che raccontano però alcune delle tradizioni più importanti. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Biasca	22/23P-06-18005	<i>Iscrezioni a Monica Piantoni — 079 682 51 82 — cpa.mlobianco@gmail.com, oppure online</i>					
		E. Rizzuti	8-10	1 gio	19.00-22.30	30.03	CHF 50.–
<b>Hamburger</b>		Tutti i segreti per preparare un hamburger perfetto con quattro carni diverse. Le salse e gli ingredienti di qualità faranno la gioia di grandi e piccini. Più CHF 30.– per gli alimenti.					
Camignolo	22/23P-06-21002	<i>Iscrezioni a Luciana Demarchi — 077 418 73 29 — cpa.demarchi@gmail.com, oppure online</i>					
		F. Valsangiacomo	8-12	1 mer	19.00-22.30	29.03	CHF 50.–
<b>I legumi al posto della carne</b>		I legumi contengono pochi grassi e tante fibre. Impariamo a inserire ceci, lenticchie e fagioli nei nostri menù settimanali con le salse di accompagnamento più adatte. Durante il corso cucineremo anche alcune ricette a base di asparagi, ortaggio di stagione. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Roveredo (GR)	22/23P-06-31001	<i>Iscrezioni a Carmela Casella Fasani — 079 239 52 97 — cpa.casella@gmail.com, oppure online</i>					
		D. Asietti	8-12	1 sab	09.00-12.30	01.04	CHF 50.–
<b>Il Brunch</b>		Il brunch, grande protagonista della domenica. Una semplice colazione? Un banale pranzo o il solito pic-nic? Certo che no. Il brunch unisce il meglio dei tre mondi con pietanze dolci e salate che deliziano il palato. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Riva San Vitale	22/23P-06-48012	<i>Iscrezioni a Marica Grandi — 079 951 77 89 — cpa.grandi@gmail.com, oppure online</i>					
		B. Sansossio	8-10	1 sab	09.00-12.30	06.05	CHF 50.–
Tesserete	22/23P-06-55016	<i>Iscrezioni 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	08.05	CHF 50.–
<b>Insalate alternative: un pasto gustoso e sano</b>		Un modo alternativo di preparare le insalate... Le insalate possono essere un pasto completo e saziante, ma anche sfizioso e leggero: con l'aggiunta di proteine e grassi salutari sono un ottimo modo per rimanere sani e in forma. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Morbio Inferiore	22/23P-06-44006	<i>Iscrezioni a Loredana Ineichen — 076 578 11 80 — cpa.ineichen@gmail.com, oppure online</i>					
		L. Robinson	8-12	1 mer	19.00-22.30	24.05	CHF 50.–
<b>La paella valenciana e di marisco</b>		Impariamo tutti i segreti di uno dei piatti a base di riso più famosi al mondo. Cucineremo la paella valenciana e di marisco per una serata in puro stile spagnolo. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Tesserete	22/23P-06-55002	<i>Iscrezioni 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	06.02	CHF 50.–
<b>La pizza con il super cornicione: dall'impasto al forno di casa</b>		Prepareremo l'impasto a mano utilizzando il "Licoli", una sorta di lievito madre liquido. Impareremo a stendere, farcire e cuocere la pizza napoletana contemporanea, quella con il bordo pronunciato. Infine la gusteremo accompagnata da una birra artigianale e una sfiziosa sorpresa! Più CHF 28.– per gli alimenti.					
Camignolo	22/23P-06-21015	<i>Iscrezioni a Luciana Demarchi — 077 418 73 29 — cpa.demarchi@gmail.com, oppure online</i>					
		B. Borghi	8-12	1 gio	19.00-22.30	27.04	CHF 50.–
<b>L'apericena perfetto!</b>		Per gli amanti dell'aperitivo, un corso per imparare a realizzare direttamente a casa ricette sfiziose con cui stupire gli ospiti. Più CHF 25.– per gli alimenti. <b>Riduzione del 50% sulla tassa d'iscrizione per i detentori dell'abbonamento Arcobaleno annuale.</b>					
Biasca	22/23P-06-18004	<i>Iscrezioni a Monica Piantoni — 079 682 51 82 — cpa.mlobianco@gmail.com, oppure online</i>					
		E. Rizzuti	8-10	1 gio	19.00-22.30	11.05	CHF 50.–
<b>Lievitati: pane, panini, focacce</b>		Preparazione dei vari impasti con diverse farine, ingredienti e lievito madre. Alcune ricette possono essere modificate per eventuali intolleranze. A fine corso degustazione con le pietanze cucinate. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Riva San Vitale	22/23P-06-48013	<i>Iscrezioni a Marica Grandi — 079 951 77 89 — cpa.grandi@gmail.com, oppure online</i>					
		D. Vassalli	9-10	1 ven	15.00-18.30	24.03	CHF 50.–
<b>Microricette: facili, gustose e veloci</b>		Tante ricette facili, gustose e veloci per chi è sempre di corsa e non ha molto tempo per pranzo e cena. Impareremo che anche in poco tempo, con gli ingredienti necessari, è possibile mangiare bene, sano e vegetariano. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Riva San Vitale	22/23P-06-48008	<i>Iscrezioni a Marica Grandi — 079 951 77 89 — cpa.grandi@gmail.com, oppure online</i>					
		S. Canavesi	8-10	1 lun	19.00-22.30	17.04	CHF 50.–

CORSO	CODICE	DOCENTE	PARTECIPANTI	DURATA	ORARIO	INIZIO	TASSA
<b>Mille modi di preparare le uova</b>							
		È nato prima l'uovo o la gallina? Prepareremo uova strapazzate, omelette ripiene, frittate e molto altro. Ricette e segreti per cucinare le uova in molte maniere, il tutto servito con i contorni. Più CHF 20.– per gli alimenti.					
Tesserete	22/23P-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	06.03	CHF 50.–
<b>Pane, pizze, focacce e panzerotti</b>							
		Prepareremo i diversi impasti per le nostre ricette imparando tutti i trucchi per pane, pizze, focacce e panzerotti da 10 e lode. Più CHF 20.– per gli alimenti.					
Bellinzona	22/23P-06-17008	<i>Iscrizioni a Mariella Wüest — 079 284 24 74 — cpa.wueest@gmail.com, oppure online</i> E. Rizzuti	8-12	1 mer	18.30-22.00	19.04	CHF 50.–
<b>Panini Gourmet</b>							
		Non solo semplici panini, ma vere e proprie leccornie. Impareremo a creare diverse tipologie di panini a base di ingredienti e abbinamenti gourmet. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Lugano	22/23P-06-38008	<i>Iscrizioni a Angela Besomi — 079 560 54 45 — cpa.besomi@gmail.com, oppure online</i> S. Varenna	8-12	1 mar	19.00-22.30	14.03	CHF 50.–
<b>Pasta fresca e ripiena</b>							
		Impareremo le tecniche della pasta fresca e ripiena attraverso la preparazione di 6 ricette. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Tesserete	22/23P-06-55004	<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	27.02	CHF 50.–
<b>Pasticceria e panetteria senza glutine</b>							
		Impareremo a preparare dal pane ai dolci! Tante ricette sfiziose vegane/vegetariane e tradizionali: sane, senza glutine e lattosio. Trucchi e consigli per cucinare a casa come in una vera "Bakery". Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Bodio	22/23P-06-19003	<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	06.04	CHF 50.–
<b>Pesce, molluschi e crostacei</b>							
		Preparazioni di lago e di mare da veri chef. Impareremo anche la tecnica per aprire le ostriche e cucinare l'astice. Più CHF 30.– per gli alimenti.					
Bellinzona	22/23P-06-17012	<i>Iscrizioni a Mariella Wüest — 079 284 24 74 — cpa.wueest@gmail.com, oppure online</i> E. Rizzuti	8-12	1 mer	18.30-22.00	24.05	CHF 50.–
<b>Piadina originale romagnola</b>							
		Prepareremo la piadina originale romagnola e la sua variante: il cassone ripieno! Il tutto utilizzando esclusivamente il mattarello e il tagliere di legno, seguendo le antiche ricette della cucina romagnola. Farciremo le piadine e il cassone con i classici ingredienti tra cui l'immane squacquerone. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Roveredo (GR)	22/23P-06-31002	<i>Iscrizioni a Carmela Casella Fasani — 079 239 52 97 — cpa.casella@gmail.com, oppure online</i> D. Peri	8-12	1 dom	09.00-12.30	07.05	CHF 50.–
<b>Polpette sfiziose!</b>							
		Si cucineranno polpette di carne, di pesce e di verdura. Cotte al sugo, fritte o in padella con tanta fantasia! Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Camignolo	22/23P-06-21001	<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	15.03	CHF 50.–
<b>Puntine marinate</b>							
		Vuoi cambiare il gusto delle tue grigliate? Tutti i segreti per preparare delle succulente puntine con gustose marinature. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Camignolo	22/23P-06-21005	<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	10.05	CHF 50.–
<b>Ricette vegan: a tutto lenticchie!</b>							
		Durante il corso prepareremo un menu vegano, dall'antipasto al dolce, a base di lenticchie. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Gravesano	22/23P-06-28002	<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	16.03	CHF 50.–
<b>Riso, risotti e paella</b>							
		Impareremo a conoscere tutti i tipi di riso e come adoperarli in cucina dall'antipasto al dolce compreso. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Bellinzona	22/23P-06-17003	<i>Iscrizioni a Mariella Wüest — 079 284 24 74 — cpa.wueest@gmail.com, oppure online</i> E. Rizzuti	8-12	1 mer	18.30-22.00	29.03	CHF 50.–
<b>Sotto vetro: come conservare frutta e verdura</b>							
		In primavera ed in estate la frutta e la verdura sono abbondanti. Al corso daremo tutti i suggerimenti per conservare in modo sicuro le verdure e la frutta in vaso per l'inverno. Più CHF 20.– per gli alimenti.					
Camignolo	22/23P-06-21020	<i>Iscrizioni a Luciana Demarchi — 077 418 73 29 — cpa.demarchi@gmail.com, oppure online</i> E. Rizzuti	8-12	1 lun	19.00-22.30	08.05	CHF 50.–

CORSO	CODICE	DOCENTE	PARTECIPANTI	DURATA	ORARIO	INIZIO	TASSA
<b>Street food</b>		Conosciamo il cibo di strada e realizziamo idee semplici e creative per un aperitivo o una cena creativa. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Tesserete	22/23P-06-55011	<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	03.04	CHF 50.–
<b>Sua maestà il baccalà</b>		Baccalà e stoccafisso sono due alimenti protagonisti di molte ricette da Nord a Sud. Idee e suggerimenti per preparazioni raffinate e gustose. Più CHF 30.– per gli alimenti.					
Riva San Vitale	22/23P-06-48006	<i>Iscrizioni a Marica Grandi — 079 951 77 89 — cpa.grandi@gmail.com, oppure online</i>					
		S. Varenna	8-10	1 mer	19.00-22.30	22.03	CHF 50.–
<b>Sua maestà il ragù</b>		Preparazione di salse e ragù che condiscono piatti delicati di facile preparazione. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Lugano	22/23P-06-38010	<i>Iscrizioni a Angela Besomi — 079 560 54 45 — cpa.besomi@gmail.com, oppure online</i>					
		S. Varenna	8-12	1 mar	19.00-22.30	28.03	CHF 50.–
<b>Tartare e le sue variazioni</b> <b>Nuove ricette!</b>		Impareremo a preparare gustose tartare di carne, pesce, avocado e verdura. Più CHF 25.– per gli alimenti.					
Minusio	22/23P-06-42003	<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	23.03	CHF 50.–
<b>VISITE E DEGUSTAZIONI</b>							
<b>Degustazione in cantina</b> <b>“I Terroir del Ticino, quattro regioni a confronto”</b>		Presso il Caveau Ticino della cantina Matasci Vini, la sommelière Rita Tramontana ci accompagnerà in una serata dedicata al Ticino, al suo Terroir, alla morfologia del terreno, ai vitigni tradizionali e nuovi. Si degusteranno quattro vini Merlot di differenti regioni vitivinicole del Cantone per cercare di distinguere e riconoscere i diversi terroir. I vini saranno accompagnati da uno spuntino a base di affettati, formaggi e pane locale. Il corso è preceduto da una visita guidata delle cantine Matasci. Più CHF 25.– per i vini e spuntino.					
Minusio	22/23P-06-42018	<i>Iscrizioni a Viviana Grilli — 078 611 49 35 — cpa.grilli@gmail.com, oppure online</i>					
			8-12	1 gio	19.00-22.00	30.03	CHF 45.–
<b>Degustazione in cantina:</b> <b>Moncucchetto</b>		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	22/23P-06-38007	<i>Iscrizioni a Angela Besomi — 079 560 54 45 — cpa.besomi@gmail.com, oppure online</i>					
			8-12	1 sab	10.00-12.30	01.04	CHF 45.–
<b>Degustazione in vigna Cadenazzi</b>		Visiteremo l'Azienda agricola e vitivinicola Cadenazzi a Corteglia e degusteremo i loro prodotti. Più CHF 25.– per i vini e il tagliere di salumi di produzione propria.					
Morbio Inferiore	22/23P-06-44009	<i>Iscrizioni a Loredana Ineichen — 076 578 11 80 — cpa.ineichen@gmail.com, oppure online</i>					
			8-12	1 sab	16.00-19.00	03.06	CHF 45.–
<b>Visita e degustazione:</b> <b>Tenuta vitivinicola Trapletti</b>		Visiteremo la tenuta vitivinicola Trapletti a Coldrerio e degusteremo i loro vini in cantina. Più CHF 25.– per vini e tagliere di affettati e formaggi locali.					
Morbio Inferiore	22/23P-06-44008	<i>Iscrizioni a Loredana Ineichen — 076 578 11 80 — cpa.ineichen@gmail.com, oppure online</i>					
			8-12	1 sab	16.00-19.00	29.04	CHF 45.–