

Show Cooking EcoGastronómico

JUEVES 10 NOVIEMBRE

2
espacios
simultáneos

- 11'15 h. SHOW COOKING 1.** Rancho Cortesano. Demostración de producto: miel. *Organiza: Ecovalia.org*
- 11'45 h. SHOW COOKING 1.** El Molar de Rus. Demostración de producto: Cata de vino dirigida *Organiza: Ecovalia.org*
- 12 h. SHOWCOOKING 2.** Desayunos para disfrutar de la magia de la vida en familia. Chef: Arturo Castillo. *Organiza: Amandín*
- 12'30 h. SHOW COOKING 1.** Las Torcas. Demostración de producto-Elaboración de guacamole ecológico. *Organiza: Ecovalia.org*
- 13 h. SHOW COOKING 1.** Campos Carnes Ecológicas. Chef: Willy Moya con la realización de varios platos. *Organiza: Ecovalia.org*
- 13 h. SHOWCOOKING 2.** Cómo desintoxicarte y disfrutar de los Supralimentos en la cocina. Mireia Anglada. *Organiza: El Granero Integral*
- 14'30 h. SHOWCOOKING 2.** Taller de nutrición familiar. Chef: Helnka Santos Belmonte. *Ecochef España*
- 15 h. SHOWCOOKING 1.** Cocina vegana y para intolerantes al gluten y lactosa también. Chef: Marcello Ferrarini "El chef de gluten free". *Organiza: Mozzarisella*
- 16 h. SHOWCOOKING 1.** Taller participativo y degustación con piadinas. *Organiza: Biocop Formainforma*
- 16 h. SHOWCOOKING 2.** Cata y degustación de Eco Aove. Gloria Argandoña. *Organiza: Gloríe Eco Litsae.*
- 17 h. SHOWCOOKING 1.** El mundo sensorial en el aceite de oliva virgen ecológico. Fermín Rodríguez. Catador profesional y director de Aceites Vizcántar. *Organiza: Aceites Vizcántar.*
- 17 h. SHOWCOOKING 2.** Repostería vegana con Supralimentos. Mireia Anglada. *Organiza: El Granero Integral*
- 18 h. SHOWCOOKING 1.** Gastronomía asturiana con productos ecológicos. Chef: Lluís Nel Estrada. Cocinero especialista en productos artesanos de Asturias y gastronomía tradicional. *Organiza: COPAE*
- 18 h. SHOWCOOKING 2.** Cocina con Yogi Tea. Chef: Helnka Santos Belmonte. *Organiza: Yogi Tea.*
- 19 h. SHOWCOOKING 1.** Cocinar con semillas, Linwoods. Recetas y trucos. Mireia Anglada. *Organiza: Linwoods*
- 19 h. SHOWCOOKING 2.** Cata de té Les Jardins de Gaïa. Chef: Sandra Franzetti. *Organiza: Les Jardins de Gaïa*

BioCultura

bio



VIERNES 11 NOVIEMBRE

- 11 h. SHOWCOOKING 1.** Chocolates naturales sin azúcar que no comprometen la salud. Chef: Venu Sanz. *www.venusanzchef.com*
- 11 h. SHOWCOOKING 2.** Cocinando con coco ecológico Dr. Goerg. Arturo Castillo. *Organiza: Dr. Goerg*
- 12 h. SHOWCOOKING 1.** La magia de las infusiones ayurvédicas. Chef: Arturo Castillo. *Organiza: Amandín*
- 12 h. SHOWCOOKING 2.** Cocinar con semillas, Linwoods. Recetas y trucos. Mireia Anglada. *Organiza: Linwoods*
- 13 h. SHOWCOOKING 1.** Desayunos fáciles, nutritivos y deliciosos para toda la familia. Chef: Arturo Castillo. La Casita Bio. *Organiza: Bioterra. Productores de frutos secos españoles, SA. www.bioterra.es*
- 13 h. SHOWCOOKING 2.** Antiaging en tu cocina con supralimentos. Mireia Anglada. *Organiza: El Granero Integral.*
- 14 h. SHOWCOOKING 1.** Algas, verduras del mar. Chefs: Lou Mateos y Nacho Sánchez. *Organiza: AQDV. Alimentos que dan vida.*
- 14 h. SHOWCOOKING 2.** Cocina con Yogi Tea. Chef: Helnka Santos Belmonte. *Organiza: Yogi Tea.*
- 15 h. SHOWCOOKING 1.** Los lechutrucos que te harán la vida más fácil en la cocina. Chef: Miriam Fabà. *Organiza: Amandín*
- 15 h. SHOWCOOKING 2.** Pasteles crudiveganos. Chef: Marian Torres. *Organiza: Iswari*
- 16 h. SHOWCOOKING 1.** Degustación de mieles e ideas de utilización. *Organiza: Biocop Formainforma.*
- 16 h. SHOWCOOKING 2.** Bebidas vegetales y zumos para tu salud. Chef: Cristina Santiago. Nutricionista. *Organiza: Sojamatic*
- 17 h. SHOWCOOKING 1.** Cocina italiana vegana. Chef: Míriam Fabà (Veganendo). *Organiza: La Finestra sul Cielo*
- 17 h. SHOWCOOKING 2.** Cómo incorporar y saber utilizarlas harinas de cereales y legumbres en tu alimentación. Marisa Fernández. *Organiza: El Granero Integral*
- 18 h. SHOWCOOKING 1.** Verduras crujientes y muffins de cacao sin gluten al vapor. Chef: Valentina, de "trigo duro" bloguera y especialista en cocina sana y elaboración de pasta y repostería sin gluten. *Organiza: Codis Verd.*
- 18'15 h. SHOWCOOKING 2.** Sólo para bloggers: presentación empresas productos veganos
- 19 h. SHOWCOOKING 1.** Gastronomía asturiana con productos ecológicos. Chef: Lluís Nel Estrada. Cocinero especialista en productos artesanos de Asturias y gastronomía tradicional. *Organiza: COPAE*
- 19'15 h. SHOWCOOKING 2.** Jam session ecochefs veganos

SÁBADO 12 NOVIEMBRE

- 10'15 h. **SHOWCOOKING 2.** Zumos y smoothies saludables y tu desafío saludable. Chef: Adriana Armellini. Organiza: *El Oro de los Andes*
- 11 h. **SHOWCOOKING 1.** Cocina deliciosa alta en nutrientes para gente con prisa. Chefs: Venu Sanz y El Universo de Cris. Organiza: *Ecovidasolar*
- 11'15 h. **SHOWCOOKING 2.** El poder de los fermentos y las ensaladas prensadas naturales. Chef: Patricia Restrepo. Organiza: *La Finestra sul Cielo*
- 12 h. **SHOWCOOKING 1.** Algas de algamar, salud y sabor del Atlántico. Chef: Marisa Fernández. Organiza: *Algamar*
- 12'15 h. **SHOWCOOKING 2.** Supralimentos: cúrcuma y jengibre, cómo incorporarlos en la cocina. Mireia Anglada. Organiza: *El Granero Integral*
- 13 h. **SHOWCOOKING 1.** Taller de etiquetado de alimentos ecológicos. Luis Bayón. Director del Comité de Agricultura Ecológica de la Comunidad de Madrid. Organiza: *Intereco en colaboración con el CAEM.*
- 13'15 h. **SHOWCOOKING 2.** Elaboración de queso vegano con Pronagar. Marisa Fernández. Organiza: *Pronagar*
- 14'15 h. **SHOWCOOKING 2.** Taller participativo y degustación con piadinas. Organiza: *Biocop Formainforma*
- 14'30 h. **SHOWCOOKING 1.** Macrobiótica de invierno. Chefs: Miguel Priego y Shu-Yuan Chen Tsai. Organiza: *Aula de Estudio "La Biótika"*
- 15'15 h. **SHOWCOOKING 2.** Meriendas superkids con superalimentos. Chef: pelu Campos. Mundo Arcoiris y Cristina Muñoz, top blogger del Universo de Cris. Organiza: *Superalimentos Mundo Arcoiris*
- 15'30 h. **SHOWCOOKING 1.** Cocina fértil. Chef: Virginia Ruipérez. Organiza: *fertilidad Natural*
- 16'15 h. **SHOWCOOKING 2.** Alta pastelería con superfoods. Chef: Marc Balaguer. Pastelero galardonado a nivel mundial. Organiza: *EnergyFruits*
- 16'30 h. **SHOWCOOKING 1.** Recetas relajantes para aliviar el estrés y la ansiedad. Chef: Elena Carrió. Organiza: *Escuela Ecosentidos*
- 17'15 h. **SHOWCOOKING 2.** Salud y cocina con supralimentos: zumos verdes y otras recetas. Mireia Anglada. Organiza: *El Granero Integral*
- 17'30 h. **SHOWCOOKING 1.** Los granos andinos: amaranto y quinoas de colores, su preparación según nuestros ancestros. Chef: Magali Chacolla Arias. Organiza: *EcoAndes*
- 18'15 h. **SHOWCOOKING 2.** Receta cuerpomente: choco avatar blanco, sin leche y raw food. Chef: Javier Medvedovsky. Organiza: *Revista Cuerpomente*
- 18'30 h. **SHOWCOOKING 1.** Cómo cocinar de forma fácil y creativa sin estropear los nutrientes en la cocción. Mireia Anglada. Organiza: *Veritas, supermercados de alimentación ecológica*
- 19'15 h. **SHOWCOOKING 2.** Meriendas saludables. Chef: Marian Torres. Organiza: *Shine Mixes*

DOMINGO 13 NOVIEMBRE

- 10 h. **SHOWCOOKING 1.** Cocina con Yogi Tea. Chef: Helnka Santos Belmonte. Organiza: *Yogi Tea*
- 10'15 h. **SHOWCOOKING 2.** Cocinando con coco ecológico Dr. Goerg. Arturo Castillo. Organiza: *Dr. Goerg*
- 11 h. **SHOWCOOKING 1.** Desayunos energéticos y saludables para comenzar bien el día. Colaboración de Saladmaster. Organiza: *Naturasi*
- 11'15 h. **SHOWCOOKING 2.** Desayunos saludables y ecológicos, sin gluten, sin lácteos, sin azúcares. Chef: Lucía Gómez. Organiza: *Espacio Orgánico*
- 12 h. **SHOWCOOKING 1.** Saludable y ecológico, con un toque gourmet. Chef: Rafael Castiella. Organiza: *Biomenú*
- 12'15 h. **SHOWCOOKING 2.** Salsas y vinagretas saludables con supralimentos. Recetas y degustación. Mireia Anglada. Organiza: *El Granero Integral*
- 13 h. **SHOWCOOKING 1.** Concurso tortitas biocop. premio para los tres ganadores. Organiza: *Biocop Formainforma*
- 13'15 h. **SHOWCOOKING 2.** Menú completo alcalinizante. Chef: Nadia Torres. Organiza: *Alieco, Alkaline Care*
- 14 h. **SHOWCOOKING 1.** Recetas creativas de proteína vegetal. Chef: Mireia Anglada. Organiza: *Vegetalia*
- 14'15 h. **SHOWCOOKING 2.** Super salsas con aplicaciones y superalimentos. Parbhu Sukh. Chef vegano. Organiza: *Superalimentos Mundo Arcoiris*
- 15 h. **SHOWCOOKING 1.** Meriendas vegetarianas para niños. Chef: Juan Llorca. Odile Fernández. Médico de familia. Organiza: *Conasi, vive cocina natural SL*
- 15'15 h. **SHOWCOOKING 2.** Postres naturales y sin azúcar que favorecen la depuración de toxinas. Chef: Venu Sanz
- 16 h. **SHOWCOOKING 1.** Degustación de quinoa. Chef: Arturo Castillo. Organiza: *El Oro de los Andes*
- 16'15 h. **SHOWCOOKING 2.** Fermentos y macerados con algas. Chef: Prabhu Sukh. Organiza: *Portomuiños*
- 17 h. **SHOWCOOKING 1.** El mágico mundo de las semillas. Chef: Miriam Fabà. Organiza: *Amandin*
- 17'15 h. **SHOWCOOKING 2.** Proteínas vegetales y cereales con supralimentos. Mireia Anglada. Organiza: *El Granero Integral*
- 18 h. **SHOWCOOKING 1.** Cómo preparar tus propias cremas ecológicas en casa. Chef: Victoria Moradell. Organiza: *Espacio Orgánico*
- 18'15 h. **SHOWCOOKING 2.** Veggie christmas. Chefs: Lou Mateos y Nacho Sánchez. Organiza: *AQDV, alimentos que dan vida*

