

MES DE FEBRERO 2016



Taller de cocina Sin Gluten. ASOCEPA en El Corte Inglés de 7 Palmas en LPGC

El pasado lunes 22 de Febrero de 2016 a las 18:00 horas, organizamos un taller de cocina, con la colaboración incondicional de nuestro chef Fernando Lanuza, presidente de ASOCEPA, y Olga Beltrán, responsable de la actividad por El Corte Inglés.

Este taller tuvo lugar en El Corte Inglés de 7 Palmas, en la planta baja, zona de menaje. Hubo una gran participación, tanto de socios como de clientes del propio Corte Inglés.

Las recetas que se elaboraron fueron: Torre de tomate y mozzarella, creps salados y volcán de chocolate. Los asistentes pudieron degustar todos los platos realizados.



Si quiere acceder a las recetas, puede pulsar en el siguiente enlace:

[Recetas del taller de cocina El Corte Inglés de 7 Palmas](#)





HiperDino
Los mejores precios de Canarias

TALLER DULCE EN HIPERDINO

El día 24 de Febrero, ASOCEPA celebró un taller en las instalaciones de HiperDino en Miller Bajo en LPGC.

Esta vez fue una receta muy dulce y rica, como siempre: los donuts y donetes que los celíacos echamos tanto de menos.

Fernando elaboró una exquisita receta, y los participantes los decoraron y degustaron, disfrutando al máximo del taller.

Agradecemos a Yasmina responsable de HiperDino por estar siempre ahí en cada taller, y a Fernando y su familia por su ayuda incondicional.



Las recetas las pueden ver en el siguiente enlace:

[Recetas HiperDino Donuts](#)



MES DE MARZO

CHARLA – TALLER EN EL IES DE SAN CRISTOBAL DE LPGC

El 15 de Marzo ASOCEPA ha coordinado junto a los responsables del IES San Cristóbal de LPGC (, una jornada de formación teórico-práctica sobre Enfermedad Celíaca.



Asistieron 40 alumnos, Fernando (Presidente de ASOCEPA) impartió una charla sobre la Enfermedad Celíaca y a continuación un taller práctico, donde bajo su dirección, los propios alumnos elaboraron una serie de recetas sin gluten.

La idea fue, realizar un taller práctico donde se elaborara un menú completo (primer plato, segundo plato, postre y pan).



Desde elaborar pan sin gluten para que vieran el comportamiento de las harinas sin gluten, hasta adaptar un gazpacho como primer plato,

donde en lugar de pan se utiliza manzana, y así (con este sencillo paso) se transforma en un plato libre de gluten.



De 2º se hicieron macarrones sin gluten para que los alumnos vieran la diferente duración de la cocción y también se elaboraron unas pechugas de pollo empanadas con puré de papas, (de esta forma, se les facilita alternativas al uso de pan rallado sin gluten).

Como postre, un dulcísimo polvito uruguayo, con ingredientes sin gluten.



Al finalizar la jornada todos estaban encantados y formularon muchas preguntas, demostrando su interés por la cocina sin gluten y degustaron todos los platos.

Para acceder a las recetas, pulse en el [enlace](#)



Desde aquí agradecer esta iniciativa al Instituto San Cristóbal para que el conocimiento sobre la dieta sin gluten sea mayor y con ella la integración del colectivo celíaco sea una realidad cada vez más cercana.



Charla El niño celíaco en el colegio. CEIP León y Castillo Telde.

Mercedes Cabrera, profesora de 2º de Infantil del CEIP León y Castillo de Telde resume en su blog la charla que dimos a los alumnos de 2º y 3º de infantil en el centro: "El viernes 18 de marzo, a través de la Asociación de Celíacos de la Provincia de Las Palmas ASOCEPA, representada por Patricia y Gladis (alumna prácticas), nos han visitado para explicarnos y conocer con un cuento y sus explicaciones que la enfermedad Celíaca es una intolerancia permanente al gluten, caracterizada por una reacción inflamatoria en la mucosa del intestino delgado, que dificulta la absorción de los nutrientes de los alimentos.



En el cuento aprendimos a reconocer a un niño celíaco y cómo le diagnostican la enfermedad y con el visionado de unas diapositivas nos mostraron los síntomas, las comidas que pueden comer o no para no

ponerse enfermos y cómo debemos tratar a un niño o niña que tenga esta enfermedad que llevando una dieta controlada, puede realizar una vida normal.

Después de la charla pintamos algunos de los alimentos que pueden comer los celíacos y se repartieron caramelos y folletos, para que los padres los lean y sepan de qué va esta enfermedad.



Gracias a la Asociación y en particular a Patricia, madre de Marcela, por acercarnos a los Celíacos."