



OPCIONES DE MENÚ PARA LA CENA COMUNITARIA

Sin instalaciones de cocina



No tener acceso a instalaciones de cocina puede ser un gran reto, ¡pero hemos tenido muchas Cenas Comunitarias exitosas que ocurrieron sin una cocina! La clave está en intentar trabajar con tantos alimentos prepreparados y casi cocinados como sea posible, o mover al exterior toda la preparación y la cocina si se pudiera.

Menú 1: almuerzo estilo Mediterráneo



Aperitivo: Haga tzatziki (yogur griego y dip de calabaza) »»

Plato principal: forme sus propios Wraps y ensaladas

Opciones de menú sugeridos:

- Pollos rostizados
- Tortillas de grano entero, pitas y panes
- Hummus
- Lechuga
- Jitomates rebanados
- Cebolla roja rebanada
- aceitunas
- Pimientos rojo asados
- Quesos feta y mozzarella
- Aderezos para ensalada

Actividad de postre: prepare sus propios Parfaits de yogur »»

O: Kebabs de fruta con crema batida »»