EDUCACIÓ | Redacció | Actualitzat el 28/09/2020 a les 11:42

# 5 consells per preparar els tuppers de la setmana



La tornada a l'escola o a la universitat és ja una realitat i, després dels mesos de vacances, segurament costa molt pensar en els àpats i, sobretot, en els que haurem de fer fora de casa. Els **experts del CETT,** centre universitari de referència en turisme, hoteleria i gastronomia, us porten **5 consells que us ajudaran a planificar els tuppers de la setmana, mantenir una alimentació saludable i no haver de cuinar cada dia!**
[nointext]
[playbuzz](function(d,s,id){var js,fjs=d.getElementsByTagName(s)[0];if(d.getElementById(id))return;js=d.createElement(s);js.id=id;js.src='https://embed.ex.co/sdk.js';fjs.parentNode.insertBefore(js,fjs);}(document,'script','exco-sdk'));

[/playbuzz]

Posa-hi imaginació! Gemma Díez, professora del **CETT**, indica que "poc a poc se'ns acudiran preparacions noves, un cop tinguem clars els ingredients, les elaboracions de cadascuna i l'ordre a seguir. Tot i que és recomanable començar per plats que ja haguem cuinat altres cops, així ho tindrem més controlat al principi i aprofitarem més les hores de preparació".

Es tracta, doncs, d'anar agafant pràctica i animar-nos poc a poc amb noves receptes i seguint els consells dels experts. **Si el turisme, l'hoteleria o la gastronomia són àmbits que us interessen, heu de descobrir el CETT-UB!** Podeu formar-vos en aquests sectors amb el **Grau de Turisme**, el **Grau de Ciències Culinàries i Gastronòmiques** o bé els Cicles Formatius, com el de **Tècnic Superior en Agències de Viatges i Gestió d'Esdeveniments**, **Tècnic en Cuina-Gastronomia i**

**Serveis de Restauració**; **Tècnic Superior en Direcció de Cuina** o **Tècnic Superior en Gestió d'Allotjaments Turístics**, entre d'altres.

Al CETT trobaràs moltes oportunitats per al teu futur, descobreix-les! **Si vols saber-ne més, pots omplir sense cap compromís el formulari que trobaràs més avall.**
Cargando…