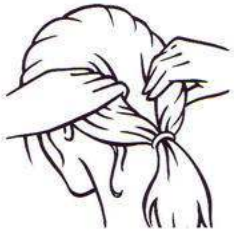




Come prepararsi al laboratorio tecnico

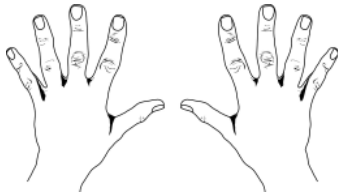
Prima di andare a cucinare devo badare ad alcuni importanti dettagli.



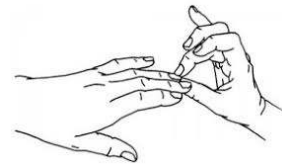
1. CAPELLI

- Devono essere raccolti.

2. MANI



- Devono essere ben lavate e libere da ferite, se ho dei tagli o dei cerotti, infilo i guanti in lattice.
- Devono essere libere da anelli, braccialetti e orologi.



3. UNGHIE

- Devono essere corte e pulite, se sono smaltate infilo i guanti in lattice.



4. VIA LIBERA

→ Puoi indossare il grembiule, **SI COMINCIA!**