La cuisine végétarienne pour débutants

Mme HUDELOT Céline (Formatrice et cuisinière indépendante)

INFORMATIONS

Ces informations sont susceptibles de modifications. Merci de vous référer au site.

Lieu :

Début le samedi 25 mars 2023

DURÉE : 03:00

Prix : 25.00 €

RENSEIGNEMENTS SUR TARIFS :

Le tarif inclut 8€ pour les ingrédients.

MATERIEL :

3 contenants pour emporter son menu (entrée plat dessert), tablier, torchon.

CODE ACTIVITÉ : 204

DESCRIPTION

Le portail du collège doit être gardé par nos soins. Il sera donc ouvert de 8 h 45 à 8 h 55 pour un début d'atelier à 9 h. Merci de respecter ces horaires.

Pour compléter, enrichir et diversifier nos modes d'alimentation, il est intéressant aujourd'hui de goûter aux cuisines végétariennes.

Nous vous proposons d'intégrer plus de végétaux dans la cuisine du quotidien, remplacer la viande par les légumineuses, les associer avec des céréales et ajouter des oléagineux pour des plats nutritifs et gourmands.

De l'entrée au dessert, venez cuisiner un menu végétarien bio complet que vous emporterez chez vous.

PRÉ REQUIS

OBJECTIFS

Équilibrer un repas végétarien, les alternatives à la viande

Réaliser un repas complet végétarien que les participants emportent.

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Samedi	25-03-2023	09:00	03:00	(), -