

Cours de Cuisine

2021-2022

À partir de 9h

Tarif / séance : 70€

Les 3 cours : 180€

18
•
09 **LÉGUMES DU SOLEIL**
· cuisson - taillages
· présentation

09
•
10 **CUISINE HEALTHY**
· céréales & légumineuse
· protéines- fibres
· vitamines -minéraux

13
•
11 **LA CUISINE D'AMÉRIQUE
DU SUD**

27
•
11 **LE FOIE GRAS**
*(+15 € vous repartirez avec
votre terrine de foie gras pour
vos fêtes de fin d'année)*
· mariner
· assaisonner

18
•
12 **LES BELLES TAPAS**
· astuces
· pièces cocktails

05
•
02 **LA SÉLECTION DE
POISSONS**
· cuissons
· facile & pratique

12
•
03 **LA CUISINE JAPONAISE**
· Maki
· Sushi
· Accompagnement de
légumes cuisinés
· cuisson du riz
· astuces du chef

19
•
03 **LA CUISINE VEGAN**
· substitues au laitage
· recettes
· sauces

09
•
04 **LE TOUT CRU**
· légumes cru
· viandes cru
· poissons cru
· assaisonnement

16
•
04 **LA CUISINE JAPONAISE**
· Maki - Sushi
· Accompagnement de
légumes cuisinés
· cuisson du riz
· astuces du chef

30
•
04 **LES SAUTÉS**
· Navarin
· Blanquette
· Bourguignon

07
•
05 **LA SÉLECTION DE
POISSONS**
· cuissons
· facile & pratique

14
•
05 **LA CUISINE VEGAN**
· substitues au laitage
· recettes
· sauces

11
•
06 **LES MARINADES &
SAUCES PAR FRANÇOIS**
· sauces chaudes
· sauces froides

Réservation : poitiers@antiq-restaurant.fr

Attention : pour tout désistement, les cours réservés et non annulés
au moins 72h à l'avance seront débités. Merci pour votre compréhension

Le masque est obligatoire

Lavage des mains avant et après / Gel hydroalcoolique à disposition pendant le cours