



# ATELIERS POUR TOUS ENFANTS ADOS PARENT ENFANT ADULTES

Nous organisons des ateliers à la carte pour un groupe préconstitué : choisissez votre jour, votre heure, votre thème et participez à un moment gourmand en famille ou entre amis.

Les ateliers d'In Cuisine  
Nos valeurs, les plus...

Une découverte des techniques et astuces des chefs ! Et en plus, l'histoire, la culture autour des recettes, du pays, de l'univers. Nos chefs sont tous des passionnés qui transmettent leur savoir faire et leur curiosité. Ces ateliers sont un moment de partage, un temps pour savourer, une belle parenthèse dans le tumulte du quotidien ! Vivons les ensemble !

|                       |             |   |   |   |
|-----------------------|-------------|---|---|---|
| Vendredi 22 septembre | 14h30-17h00 | <b>123 Veggie</b><br><b>Protéine végétale gourmande</b> | 30€                                       | Comment remplacer la viande, utiliser le tofu, le seitan, le tempeh, les protéines de soja texturées.<br>Inscription sur : <a href="http://123veggie.fr/ateliers-cuisine-1-2-3-veggie-lyon/">http://123veggie.fr/ateliers-cuisine-1-2-3-veggie-lyon/</a>  |
| Vendredi 22 septembre | 18h30-20h30 | <b>Les techniques de base : la cuisson des viandes</b>  | 55€ le cours<br>OU<br>450€ les 7 sessions | 3 viandes travaillées différemment pour une cuisson parfaite à tous les coups, avec une approche intercontinentale !<br>Découpe, cuisson, assaisonnement et présentation.   |
| Samedi 23 septembre   | 10h-12h     | <b>Desserts sans gluten</b>                             | 60€                                       | Notre transit est parfois perturbé par l'absorption de farines contenant du gluten. Cet atelier vous présente comment remplacer les farines contenant du gluten par d'autres ingrédients pour réaliser de délicieux desserts : « Très Moelleux » aux amandes et à la pistache ; délice à la farine de riz ; cookies au sarrasin et à l'avoien.<br>Avec Isabel |

Information : La préinscription peut être faite par téléphone, toute inscription est définitive après réception du règlement.

Information : Nous ne pouvons rembourser les cours annulés moins de 72h à l'avance, merci de votre compréhension



/InCuisine



/In\_cuisine



# ATELIERS POUR TOUS ENFANTS ADOS PARENT ENFANT ADULTES

Nous organisons des ateliers à la carte pour un groupe préconstitué : choisissez votre jour, votre heure, votre thème et participez à un moment gourmand en famille ou entre amis.

**Samedi 23  
septembre** 14h00-  
16h30

## Les macarons

60€

Tour de France des macarons :  
Le macaron parisien et sa coque bien lisse et colorée, fourré d'une ganache  
Le macaron de Boulay, à l'amande amère, bien craquelé !

Avec Fabienne

**Samedi 23  
septembre** 17h00-  
18h30

## Parent enfant

50€

**Un menu de week end très sympa...  
Nuggets de poulet (Sans friture. Cuisson au four et panure saine aux biscottes complètes et à l'huile d'olive.)  
Ratatouille niçoise (Cuisson en cocotte)**

Avec Béatrice

**Mardi 26  
septembre** 18h30-  
20h30

## Les techniques de base : découpe et cuisson des légumes

55€ le  
cours  
OU  
450€ les 7  
sessions

Les différentes techniques de préparation des légumes, de la taille et de la cuisson :, découpe en julienne, brunoise, etc... glaçage, vapeur, etc... pour réaliser un risotto aux légumes de saison des pickels et une crudité avec son assaisonnement exotique.

**Mercredi 27  
septembre** 18h30-  
20h30

## Les techniques de base : l'œuf dans tous ses états !

55€ le  
cours  
OU  
450€ les 7  
sessions

Œuf mollet, œuf poché, œuf pané, œuf en neige : des techniques à maîtriser pour une cuisson parfaite !

**Vendredi 29  
septembre** 18h30-  
20h30

## Les techniques de base : les macarons

55€ le  
cours  
OU  
450€ les 7  
sessions

Toutes les astuces du chef pour réaliser cette spécialité française qui renferme quelques tours de mains incontournables pour une réussite parfaite, une coque bien lisse et un moelleux enchanteur ...

Information : La préinscription peut être faite par téléphone, toute inscription est définitive après réception du règlement.

Information : Nous ne pouvons rembourser les cours annulés moins de 72h à l'avance, merci de votre compréhension



/InCuisine



/In\_cuisine



# ATELIERS POUR TOUS ENFANTS ADOS PARENT ENFANT ADULTES

Nous organisons des ateliers à la carte pour un groupe préconstitué : choisissez votre jour, votre heure, votre thème et participez à un moment gourmand en famille ou entre amis.

|                            |             |   |   |   |
|----------------------------|-------------|---|---|---|
| <b>Samedi 30 septembre</b> | 15h00-18h00 | <b>Rencontre dédicace</b>                               |   | Brunelle Marscha présente son livre : La Pâtisserie qui vous veut du bien – 40 recettes sans sucre ajouté   |
| <b>Mardi 3 octobre</b>     | 18h30-20h30 | <b>Les techniques de base : Tartes salées-sucrées</b>   | 55€ le cours<br>OU<br>450€ les 7 sessions | Préparation d'une pâte à tarte brisée et d'une pâte à tarte sablée avec leur garniture, et pourquoi pas également d'une pâte feuilletée ?   |
| <b>Mercredi 4 octobre</b>  | 14h00-15h30 | <b>Atelier enfant Le goûter sucré</b>                   | 30€                                       | C'est le goûter ! Fabrique de délicieux cookies pralinés à la purée de noisette Et un doux Milkshake (au lait végétal). Avec Béatrice   |
| <b>Mercredi 4 octobre</b>  | 18h30-20h30 | <b>Les techniques de base : le poisson</b>              | 55€ le cours<br>OU<br>450€ les 7 sessions | Les différentes techniques de préparation et de cuisson du poisson ! Nettoyage des poissons, lever des filets, extraction des arrêtes élaboration d'un fond, cuisson au four, cuisson unilatérale à la poêle.   |
| <b>Vendredi 6 octobre</b>  | 17h00-19h30 | <b>123 Veggie Cuisine des fruits et légumes en fête</b> | 30€                                       | Apprenez à cuisiner et sublimer les fruits et des légumes de saison, de l'entrée au dessert, pour des repas végé appétissants et nourrissants.<br>Inscription sur : <a href="http://123veggie.fr/ateliers-cuisine-1-2-3-veggie-lyon/">http://123veggie.fr/ateliers-cuisine-1-2-3-veggie-lyon/</a> |

Information : La préinscription peut être faite par téléphone, toute inscription est définitive après réception du règlement.

Information : Nous ne pouvons rembourser les cours annulés moins de 72h à l'avance, merci de votre compréhension



/InCuisine



/In\_cuisine



# ATELIERS POUR TOUS ENFANTS ADOS PARENT ENFANT ADULTES

Nous organisons des ateliers à la carte pour un groupe préconstitué : choisissez votre jour, votre heure, votre thème et participez à un moment gourmand en famille ou entre amis.

**Samedi 7  
octobre** 10h00-  
12h00

**Le pain au levain** 60€

Vous souhaitez faire votre pain au levain chez vous ? Vivre une expérience ludique et innovante ?

Cet atelier est fait pour ça ! au delà de transmettre un savoir faire, cet atelier propose un cadre pédagogique innovant, basé sur des jeux et pratiques coopératives.

Il s'adresse à tout âge, tout public

Vous repartirez de l'atelier avec une fiche pédagogique, votre pain prêt à cuire. Assurément, vous serez nourris de cet atelier !

Avec Valentin

**Samedi 7  
octobre** 14h00-  
16h00

**Cuisine  
moléculaire** 60€

Mêlant art culinaire et science, cette discipline donnera à vos repas des saveurs uniques. Au cours de cet atelier, je vous apprendrai à composer un repas qui sort de l'ordinaire grâce à des techniques variées et abordables. Nous réaliserons notamment des bonbons de fromages en utilisant la technique dite de la mousse chaude, ou encore du tiramisu revisité grâce au principe de sphérification. Pour participer à cet atelier, pas besoin d'être un expert, il vous suffit juste d'aimer cuisiner et d'être curieux. Soyez prêts à redéfinir votre vision de la cuisine traditionnelle et à oublier vos préjugés sur la cuisine moléculaire. Lancez-vous le défi d'épater vos proches !

Avec Fabienne

Information : La préinscription peut être faite par téléphone, toute inscription est définitive après réception du règlement.

Information : Nous ne pouvons rembourser les cours annulés moins de 72h à l'avance, merci de votre compréhension



/InCuisine



/In\_cuisine



# ATELIERS POUR TOUS ENFANTS ADOS PARENT ENFANT ADULTES

Nous organisons des ateliers à la carte pour un groupe préconstitué : choisissez votre jour, votre heure, votre thème et participez à un moment gourmand en famille ou entre amis.

**En tandem, ça fonctionne ! 3 recettes saines et savoureuses qui mettent les sens en éveil de manière ludique... Un moyen de diversifier les goûters avec des ingrédients communs et d'autres à découvrir, avec pour but de préparer des encas sains à la maison, de manière autonome.  
Au menu : crème des sportifs, rochers coco-choco tout doux et boules d'énergie !**

Avec Edith

**Samedi 7  
octobre** 16h30-  
18h00

**Parent enfant 50€**

**Lundi 9  
octobre** 18h30-  
20h30

**Les techniques  
de base : les  
raviolis**

55€ le  
cours  
OU  
450€ les 7  
sessions

Préparez votre pâte, préparez votre farce, votre sauce et réalisez vos raviolis maison !

**Mardi 10  
octobre** 18h30-  
20h30

**Les techniques  
de base : la  
cuisson des  
viandes**

55€ le  
cours  
OU  
450€ les 7  
sessions

3 viandes travaillées différemment pour une cuisson parfaite à tous les coups, avec une approche intercontinentale !  
Découpe, cuisson, assaisonnement et présentation.

**Mercredi 11  
octobre** 18h30-  
20h30

**Les techniques  
de base :  
découpe et  
cuisson des  
légumes**

55€ le  
cours  
OU  
450€ les 7  
sessions

Les différentes techniques de préparation des légumes, de la taille et de la cuisson : découpe en julienne, brunoise, etc... glaçage, vapeur, etc... pour réaliser un risotto aux légumes de saison des pickels et une crudité avec son assaisonnement exotique.

Information : La préinscription peut être faite par téléphone, toute inscription est définitive après réception du règlement.

Information : Nous ne pouvons rembourser les cours annulés moins de 72h à l'avance, merci de votre compréhension



/InCuisine



/In\_cuisine



# ATELIERS POUR TOUS ENFANTS ADOS PARENT ENFANT ADULTES

Nous organisons des ateliers à la carte pour un groupe préconstitué : choisissez votre jour, votre heure, votre thème et participez à un moment gourmand en famille ou entre amis.

|                                |                         |  |   |  |
|--------------------------------|-------------------------|--|---|--|
| <b>Vendredi 13<br/>octobre</b> | <b>18h30-<br/>21h30</b> | <b>Soirée<br/>Colombienne<br/>2017 année de la<br/>Colombie</b>    |   | Découvrez les arômes, les épices et les saveurs de cette cuisine du soleil au son des rythmes latinos tout en dégustant un cocktail de là-bas !<br>Formule assiette de dégustation 15€, Cocktail + bouchée apéritive: 8€ Dessert : 5€  |
| <b>Samedi 14<br/>octobre</b>   |                         | <b>Cuisine d'Asie<br/>Centrale</b>                                 | 60€   | Un voyage dans les contrées australes où viandes et épices se marient à merveille pour ravir nos papilles. Zébo, cuisinière venue d'Ouzbékistan, partagera sa culture et, sa passion de cuisiner.<br>En entrée, des somsa, petits feuilletés garnis de différentes préparations. Pour suivre, les mantis, raviolis à l'agneau et aux herbes cuits à la vapeur, servis avec une salade traditionnelle. Et pour finir, des sirnikis, petites crêpes épaisses servies avec du fromage blanc et un coulis de fruits. |
| <b>Lundi 16<br/>octobre</b>    | <b>18h30-<br/>20h30</b> | <b>Les techniques<br/>de base :<br/>Tartes salées-<br/>sucrées</b> | 55€ le<br>cours<br>OU<br>450€ les 7<br>sessions | Préparation d'une pâte à tarte brisée et d'une pâte à tarte sablée avec leur garniture, et pourquoi pas également d'une pâte feuilletée ?  |
| <b>Mardi 17<br/>octobre</b>    | <b>18h30-<br/>21h30</b> | <b>Les légumes de la<br/>mer</b>                                   | 60€   | Loin de l'océan, les algues nous apportent les bienfaits et les embruns iodés du large. Les intégrer à notre alimentation, c'est voyager tout en assurant un apport important d'oligo-éléments, protéines, antioxydants et d'iode à notre alimentation carencée.... comment les utiliser, où se fournir ?  |

Avec Agnès

Information : La préinscription peut être faite par téléphone, toute inscription est définitive après réception du règlement.

Information : Nous ne pouvons rembourser les cours annulés moins de 72h à l'avance, merci de votre compréhension



/InCuisine



/In\_cuisine



# ATELIERS POUR TOUS ENFANTS ADOS PARENT ENFANT ADULTES

Nous organisons des ateliers à la carte pour un groupe préconstitué : choisissez votre jour, votre heure, votre thème et participez à un moment gourmand en famille ou entre amis.

|                          |                    |   |   |  |
|--------------------------|--------------------|---|---|--|
| <b>Jeudi 19 octobre</b>  | <b>18h30-20h30</b> | <b>Les techniques de base : l'œuf dans tous ses états !</b> | 55€ le cours<br>OU<br>450€ les 7 sessions | Œuf mollet, œuf poché, œuf pané, œuf en neige : des techniques à maîtriser pour une cuisson parfaite !   |
| <b>Samedi 21 octobre</b> | <b>10h00-13h00</b> | <b>Ados<br/>Les ravioli colorés</b>                         | <b>35€</b>                                | <b>Plusieurs formes, plusieurs techniques de pliage, plusieurs saveurs, le tout pour en mettre plein la vue et se régaler entre copains !<br/>Avec Isabel</b>  |
| <b>Samedi 21 octobre</b> | <b>14h00-15h30</b> | <b>Parent enfant<br/>Choux gougères</b>                     | <b>50€</b>                                | <b>Une même pâte pour une recette salée et une recette sucrée : la pâte à choux. Les astuces du chef pour une réussite garantie et ensuite laisser sa créativité en action pour la déco !<br/>Avec Fabienne</b>                                    |
| <b>Samedi 21 octobre</b> | <b>16h00-18h30</b> | <b>123 Veggie<br/>Cuisine végétale au quotidien</b>         | <b>30€</b>                                | <b>Préparez au quotidien des plats végé faciles et irrésistibles, avec trois fois rien<br/>Inscription sur :<br/><a href="http://123veggie.fr/ateliers-cuisine-1-2-3-veggie-lyon/">http://123veggie.fr/ateliers-cuisine-1-2-3-veggie-lyon/</a></b> |
| <b>Mardi 24 octobre</b>  | <b>18h30-20h30</b> | <b>Les techniques de base : les macarons</b>                | 55€ le cours<br>OU<br>450€ les 7 sessions | Toutes les astuces du chef pour réaliser cette spécialité française qui renferme quelques tours de mains incontournables pour une réussite parfaite, une coque bien lisse et un moelleux enchanteur ...  |

Information : La préinscription peut être faite par téléphone, toute inscription est définitive après réception du règlement.

Information : Nous ne pouvons rembourser les cours annulés moins de 72h à l'avance, merci de votre compréhension



/InCuisine



/In\_cuisine



# ATELIERS POUR TOUS ENFANTS ADOS PARENT ENFANT ADULTES

Nous organisons des ateliers à la carte pour un groupe préconstitué : choisissez votre jour, votre heure, votre thème et participez à un moment gourmand en famille ou entre amis.

|                            |                              |  |   |  |
|----------------------------|------------------------------|--|---|--|
| <b>Mercredi 25 octobre</b> | <b>15h00-16h30</b>           | <b>Enfants<br/>Gâteau à la meringue</b>    | <b>30€</b>                                | <b>A partir d'un simple à appareil à meringue, tu utilises ta créativité pour créer des meringues colorées, de formes différentes qui vont décorer un super gâteau à étages... Beau et bon !<br/>Avec Isabel</b>                     |
| <b>Mercredi 25 octobre</b> | <b>18 30- 20 30</b>          | <b>Les techniques de base : le poisson</b> | 55€ le cours<br>OU<br>450€ les 7 sessions | Les différentes techniques de préparation et de cuisson du poisson ! Nettoyage des poissons, lever des filets, extraction des arrêtes élaboration d'un fond, cuisson au four, cuisson unilatérale à la poêle.                        |
| <b>Jeudi 26 octobre</b>    | <b>15h00-16h30</b>           | <b>Enfants Halloween !</b>                 | <b>30€</b>                                | <b>Halloween approche ! Alors préparons la fête, et fabriquons des gourmandises qui vont effrayer les grands... et les petits !<br/>Avec Isabel</b>  |
| <b>Vendredi 27 octobre</b> | <b>11h00-13h30</b>           | <b>Atelier enfant Le déjeuner</b>          | <b>50€</b>                                | <b>Cuisine ton déjeuner avec les copains !<br/>Crumble de légumes à l'huile d'olive et au parmesan<br/>Brochettes de poulet et sauce au fromage frais<br/>Muffin 100 % choco (gâteau et pépites) à la farine complète d'épeautre</b> |
| <b>Mardi 31 octobre</b>    | <b>14h00-15h30<br/>17h00</b> | <b>Enfants Halloween !</b>                 | <b>30€</b>                                | <b>Halloween, c'est aujourd'hui ! Alors préparons la fête, et fabriquons des gourmandises qui vont effrayer les grands... et les petits !<br/>Avec Isabel</b>  |
| <b>Mardi 31 octobre</b>    | <b>16h00-18h00</b>           | <b>Ados Les pâtes à pâtes</b>              | <b>35€</b>                                | <b>3 types de pâtes pour entrée-plat-dessert: Une raviole fourré, une pâte à tarte brisée pour une quiche, une pâte sablée pour une tarte aux fruits de saison.</b>  |

Information : La préinscription peut être faite par téléphone, toute inscription est définitive après réception du règlement.

Information : Nous ne pouvons rembourser les cours annulés moins de 72h à l'avance, merci de votre compréhension



/InCuisine



/In\_cuisine





# ATELIERS POUR TOUS ENFANTS ADOS PARENT ENFANT ADULTES

Nous organisons des ateliers à la carte pour un groupe préconstitué : choisissez votre jour, votre heure, votre thème et participez à un moment gourmand en famille ou entre amis.

**Samedi 4  
novembre** 14h00-  
16h00

## Les macarons

60€

Tour de France des macarons :  
Le macaron parisien et sa coque bien lisse et colorée, fourré d'une ganache  
Le macaron de Boulay, à l'amande amère, bien craquelé !  
Avec Fabienne

**Samedi 4  
novembre** 16h30-  
17h30

## Enfants Les sablés bretons

30€

**En passant par la Bretagne, j'ai rencontré un pâtissier : il m'a montré comment faire une savoureuse crème parfumée, pour napper mon sablé et m'a appris à décorer le tout pour épater la galerie !**

Avec Isabel

**Mercredi 8  
novembre** 18h30-  
21h30

## Cuisine de l'hiver

60€

Les potées pleines de féculents et de viandes ont eu leur raisons d'être, aujourd'hui au vu de notre confort de vie il est temps de revisiter ces légumes de saison dit de garde. Cela nous permet d'avoir une approche santé, locale et économe, tout en apportant une touche gourmande et réconfortante à nos repas en cette saison frisquette et humide.

Avec Agnes

**Vendredi 10  
novembre** 18h30-  
20h30

## Les techniques de base : découpe et cuisson des légumes

55€ le  
cours  
OU  
450€ les 7  
sessions

Les différentes techniques de préparation des légumes, de la taille et de la cuisson :, découpe en julienne, brunoise, etc... glaçage, vapeur, etc...pour réaliser un risotto aux légumes de saison des pickles et une crudité avec son assaisonnement exotique.

Information : La préinscription peut être faite par téléphone, toute inscription est définitive après réception du règlement.

Information : Nous ne pouvons rembourser les cours annulés moins de 72h à l'avance, merci de votre compréhension



/InCuisine



/In\_cuisine



# ATELIERS POUR TOUS ENFANTS ADOS PARENT ENFANT ADULTES

Nous organisons des ateliers à la carte pour un groupe préconstitué : choisissez votre jour, votre heure, votre thème et participez à un moment gourmand en famille ou entre amis.

|                             |             |  |   |   |
|-----------------------------|-------------|--|---|---|
| <b>Mardi 14 novembre</b>    | 18h30-20h30 | <b>Les techniques de base : les raviolis</b>           | 55€ le cours<br>OU<br>450€ les 7 sessions | Préparez votre pâte, préparez votre farce, votre sauce et réalisez vos raviolis maison !  |
| <b>Mercredi 15 novembre</b> | 14h00-15h30 | <b>Atelier enfants<br/>Le goûter salé</b>              | <b>30€</b>                                | <b>Pour ceux qui préfèrent goûter avec du salé !<br/>Muffin-cake aux légumes de saison et crème chantilly salée.</b><br><b>Avec Béatrice</b>  |
| <b>Mercredi 15 novembre</b> | 18h30-20h30 | <b>Les techniques de base : la cuisson des viandes</b> | 55€ le cours<br>OU<br>450€ les 7 sessions | 3 viandes travaillées différemment pour une cuisson parfaite à tous les coups, avec une approche intercontinentale !<br>Découpe, cuisson, assaisonnement et présentation.   |
| <b>Vendredi 17 novembre</b> | 18h30-21h30 | <b>Soirée cuisine Ouzbek</b>                           |   | Un voyage dans les contrées australes où viandes et épices se marient à merveille pour ravir nos papilles. Zébo, cuisinière venue d'Ouzbékistan, partagera sa culture et, sa passion de cuisiner.   |
| <b>Samedi 17 novembre</b>   | 10h00-12h00 | <b>Le pain au levain</b>                               | 60€                                       | Vous souhaitez faire votre pain au levain chez vous ? Vivre une expérience ludique et innovante ? Cet atelier est fait pour ça ! au delà de transmettre un savoir faire, cet atelier propose un cadre pédagogique innovant, basé sur des jeux et pratiques coopératives. Il s'adresse à tout âge, tout public<br>Vous repartirez de l'atelier avec une fiche pédagogique, votre pain prêt à cuire.<br>Assurément, vous serez nourris de cet atelier !<br><b>Avec Valentin</b> |

Information : La préinscription peut être faite par téléphone, toute inscription est définitive après réception du règlement.

Information : Nous ne pouvons rembourser les cours annulés moins de 72h à l'avance, merci de votre compréhension



/InCuisine



/In\_cuisine



# ATELIERS POUR TOUS ENFANTS ADOS PARENT ENFANT ADULTES

Nous organisons des ateliers à la carte pour un groupe préconstitué : choisissez votre jour, votre heure, votre thème et participez à un moment gourmand en famille ou entre amis.

**Samedi 17 novembre** 14h00-16h00  
**Cuisine moléculaire** 60€

Mêlant art culinaire et science, cette discipline donnera à vos repas des saveurs uniques. Au cours de cet atelier, je vous apprendrai à composer un repas qui sort de l'ordinaire grâce à des techniques variées et abordables. Nous réaliserons notamment des bonbons de fromages en utilisant la technique dite de la mousse chaude, ou encore du tiramisu revisité grâce au principe de sphérification. Pour participer à cet atelier, pas besoin d'être un expert, il vous suffit juste d'aimer cuisiner et d'être curieux. Soyez prêts à redéfinir votre vision de la cuisine traditionnelle et à oublier vos préjugés sur la cuisine moléculaire. Lancez-vous le défi d'épater vos proches !

Avec Fabienne

**Samedi 17 novembre** 17h00-19h30  
**123 Veggie Cuisine vege du monde entier** 30€

**Découvrez les épices, adaptez en mode veggie les grands classiques de la cuisine des cinq continents.**  
Inscriptions sur : <http://123veggie.fr/ateliers-cuisine-1-2-3-veggie-lyon/>

**Mardi 21 novembre** 18h30-20h30  
**Les techniques de base : l'œuf dans tous ses états !** 55€ le cours OU 450€ les 7 sessions

Œuf mollet, œuf poché, œuf pané, œuf en neige : des techniques à maîtriser pour une cuisson parfaite !

**Mercredi 22 novembre** 18h30-20h30  
**Les techniques de base : les macarons** 55€ le cours OU 450€ les 7 sessions

Toutes les astuces du chef pour réaliser cette spécialité française qui renferme quelques tours de mains incontournables pour une réussite parfaite, une coque bien lisse et un mœlleux enchanteur ...

Information : La préinscription peut être faite par téléphone, toute inscription est définitive après réception du règlement.

Information : Nous ne pouvons rembourser les cours annulés moins de 72h à l'avance, merci de votre compréhension



/InCuisine



/In\_cuisine



# ATELIERS POUR TOUS ENFANTS ADOS PARENT ENFANT ADULTES

Nous organisons des ateliers à la carte pour un groupe préconstitué : choisissez votre jour, votre heure, votre thème et participez à un moment gourmand en famille ou entre amis.

|                             |             |   |   |  |
|-----------------------------|-------------|---|---|--|
| <b>Jeudi 23 novembre</b>    | 18h30-21h00 | <b>Accords mets et vins</b>                           | 75€                                       | Confection de 5 bouchées du monde avec leur accord parfait pour sublimer les saveurs. Un voyage culturel et descriptif autour des vins et de la gastronomie.   |
| <b>Vendredi 24 novembre</b> | 18h30-20h30 | <b>Les techniques de base : Tartes salées-sucrées</b> | 55€ le cours<br>OU<br>450€ les 7 sessions | Préparation d'une pâte à tarte brisée et d'une pâte à tarte sablée avec leur garniture, et pourquoi pas également d'une pâte feuilletée ?  |
| <b>Samedi 25 novembre</b>   | 10h00-12h00 | <b>Cuisine latino</b>                                 | 60€                                       | 3 pays, 3 ^lats d'Amérique Latines, plein d'épices et de saveurs ! Avec notre chef colombienne préférée !  |
| <b>Samedi 25 novembre</b>   | 14h00-17h00 | <b>Herboristerie familiale</b>                        | 60€                                       | <b>Mes premières préparations de base en herboristerie familiale.</b> Tisanes, décoctions, sirops, cataplasmes et autres secrets de bonne femme vous deviendront familiers !   |
| <b>Samedi 25 novembre</b>   | 14h00-15h30 | <b>Enfants Pâtes à pâtes</b>                          | <b>30€</b>                                | <b>Apprendre à faire les pâtes fraîches et à les colorer pour réaliser des Tagliatelles vertes au jambon, et ravioles au chocolat.</b>   |
| <b>Mardi 28 novembre</b>    | 18h30-20h30 | <b>Les techniques de base : le poisson</b>            | 55€ le cours<br>OU<br>450€ les 7 sessions | Les différentes techniques de préparation et de cuisson du poisson ! Nettoyage des poissons, lever des filets, extraction des arrêtes élaboration d'un fond, cuisson au four, cuisson unilatérale à la poêle.        |
| <b>Mercredi 29 novembre</b> | 13h30-15h30 | <b>Le calendrier de l'Avent</b>                       | <b>40€</b>                                | <b>Noël se prépare. Dans de jolies petites boites, une pour chaque jour avant Noël, tu glissera les friandises que tu auras préparées : Sablés diamant, Spéculoos au sucre de coco, Mini-cookie amandes grillées</b> |

**Avec Béatrice**

Information : La préinscription peut être faite par téléphone, toute inscription est définitive après réception du règlement.

Information : Nous ne pouvons rembourser les cours annulés moins de 72h à l'avance, merci de votre compréhension



/InCuisine



/In\_cuisine



# ATELIERS POUR TOUS ENFANTS ADOS PARENT ENFANT ADULTES

Nous organisons des ateliers à la carte pour un groupe préconstitué : choisissez votre jour, votre heure, votre thème et participez à un moment gourmand en famille ou entre amis.

|   |             |  |   |   |
|---|-------------|--|---|---|
| <b>Mercredi 29 novembre</b>             | 18h30-20h30 | <b>Les techniques de base : les raviolis</b> | 55€ le cours<br>OU<br>450€ les 7 sessions | Préparez votre pâte, préparez votre farce, votre sauce et réalisez vos raviolis maison !  |
| <b>Vendredi 1<sup>er</sup> décembre</b> | 17h00-18h30 | <b>123 Veggie Dessert veggie</b>             |   | Préparez des gâteaux, des mousses, des crèmes glacées. Remplacez les oeufs et les produits laitiers dans les desserts.<br>Inscription sur : <a href="http://123veggie.fr/ateliers-cuisine-1-2-3-veggie-lyon/">http://123veggie.fr/ateliers-cuisine-1-2-3-veggie-lyon/</a> |
| <b>Samedi 2 décembre</b>                | 14h00-16h00 | <b>Le foie gras sous toutes ses formes</b>   | 80€                                       | Une voyage autour des saveurs du foie gras par différents modes de préparation, de cuissons et de dégustation.<br><br>Avec Fabienne   |
| <b>Samedi 16 décembre</b>               | 10h00-13h00 | <b>La bûche Choco macarons</b>               | 60€                                       | Un assemblage de plusieurs appareil, permettant d'apprendre à réaliser les macarons, la crème entremet et le biscuit. Pour un résultat époustouflant !  |
| <b>Samedi 16 décembre</b>               | 14h00-16h00 | <b>Foie gras en terrine</b>                  | 80€                                       | Envie de repartir avec votre terrine en porcelaine blanche remplie d'une délicieux foie gras mi-cuit prête pour Noël? C'est possible après avoir appris à déveiner votre lobe, assaisonner et à cuire juste comme il faut !   |
| <b>Samedi 16 décembre</b>               | 16h30-18h00 | <b>Parent enfant Chocolat maison</b>         | 50€                                       | A venir   |
| <b>Dernière semaine de décembre</b>     |             | <b>Parent enfant</b>                         | 50€                                       | A venir   |

Information : La préinscription peut être faite par téléphone, toute inscription est définitive après réception du règlement.

Information : Nous ne pouvons rembourser les cours annulés moins de 72h à l'avance, merci de votre compréhension



/InCuisine



/In\_cuisine



# ATELIERS POUR TOUS ENFANTS ADOS PARENT ENFANT ADULTES

Nous organisons des ateliers à la carte pour un groupe préconstitué : choisissez votre jour, votre heure, votre thème et participez à un moment gourmand en famille ou entre amis.

Mercredi 20  
décembre 13h30-  
15h30

Enfants

40€

De délicieuses friandises sur le thème de l'hiver, de Noël, le tout à déguster avec un délicieux chocolat chaud ! Sapin au chocolat et petits sujets en "pâtes d'amande maison"

Avec Béatrice

Information : La préinscription peut être faite par téléphone, toute inscription est définitive après réception du règlement.

Information : Nous ne pouvons rembourser les cours annulés moins de 72h à l'avance, merci de votre compréhension



/InCuisine



/ln\_cuisine