

Les cours classiques : 35€ / 2 heures

LES GALETTES ET LES CREPES

Aumônière de ble noir aux fruits de mer et poisson fumé à l'armoricaine; Crêpes Suzette

☉ LUNDI 03 FÉVRIER 09:30 | MARDI 04 FÉVRIER 18:30 | MERCREDI 05 FÉVRIER 14:30 | MERCREDI 05 MARS 10:00

Prévoir pour ce cours : 2 boîte(s) hermétique(s) + 1 assiette (s)

LE LIBAN

Houmous et pain pita; Falafels, sauce piquante; Ailes de poulet à l'ail et au citron

☉ MERCREDI 05 FÉVRIER 09:30 | MARDI 11 FÉVRIER 18:30 | JEUDI 13 FÉVRIER 14:30

Prévoir pour ce cours : 5 boîte(s) hermétique(s)

LA CUISINE LYONNAISE

Gratinée lyonnaise; Bouchée à la reine aux quenelles; Crème brûlée aux pralines

☉ MERCREDI 05 FÉVRIER 18:30 | VENDREDI 07 FÉVRIER 09:30 | MARDI 18 FÉVRIER 18:30 | VENDREDI 21 FÉVRIER 09:30

Prévoir pour ce cours : 3 boîte(s) hermétique(s) + 2 ramequin(s)

LES VERRINES

Verrine au saumon fumé, légumes croquants et nougatine aux noix; Verrine de chèvre à la menthe et poivrons marinés, tuiles dentelle; Verrine de marmelade de poires et sablés au chocolat

☉ JEUDI 06 FÉVRIER 18:30 | MERCREDI 12 FÉVRIER 18:30 | SAMEDI 15 FÉVRIER 09:30 | VENDREDI 07 MARS 18:30

Prévoir pour ce cours : 6 verrine(s) + 1 boîte(s) hermétique(s)

LES BOUCHEES APERITIVES

Crème brûlée aux tomates cerise, parmesan et thym; Sablé aux noisettes à la mousse de chèvre; Madeleines au chorizo

☉ VENDREDI 07 FÉVRIER 14:30 | JEUDI 20 FÉVRIER 18:30 | SAMEDI 01 MARS 10:00 | MERCREDI 05 MARS 18:30

Prévoir pour ce cours : 2 ramequin (s) + 2 boîte(s) hermétique(s)

LES MACARONS

Macarons au caramel au beurre salé, au café, à la pistache ou à la noix de coco; Macarons au chocolat

☉ VENDREDI 07 FÉVRIER 18:30 | MARDI 11 FÉVRIER 09:30 | SAMEDI 22 FÉVRIER 14:00 | JEUDI 27 FÉVRIER 14:00 | LUNDI 03 MARS 18:30

Prévoir pour ce cours : 1 boîte(s) hermétique(s) + 1 plateau

LES TERRINES

Mousse de foies de volaille aux épices; Pain de poisson aux crevettes; Marquise au chocolat

☉ LUNDI 10 FÉVRIER 18:30 | MARDI 11 FÉVRIER 14:30 | LUNDI 17 FÉVRIER 09:30

Prévoir pour ce cours : 2 terrines

LE MENU EQUILIBRE DU MOIS DE FEVRIER « 100% VEGETARIEN »

Wok de légumes au quinoa; Samossas au fromage et aux herbes; Lassi mangue-safran

☉ JEUDI 13 FÉVRIER 09:30 | VENDREDI 21 FÉVRIER 14:30

Prévoir pour ce cours : 3 boîte(s) hermétique(s)

LE WOK

Crevettes au wok, nouilles de riz façon thaïe, sauce agrumes et herbes aromatiques; Wok de poulet aux noix de cajou; Poires au gingembre et au miel

☉ JEUDI 13 FÉVRIER 18:30 | MERCREDI 19 FÉVRIER 09:30 | VENDREDI 28 FÉVRIER 18:30 | LUNDI 03 MARS 14:00

Prévoir pour ce cours : 3 boîte(s) hermétique(s)

LA SAINT VALENTIN suivi du dîner sur place (sup.10 euros)

Tulipe de tomates séchées aux herbes; Médailillon de poisson tricolore, beurre vert; Coupe gingembre, chocolat crémeux, croquant coco

☉ VENDREDI 14 FÉVRIER 18:30

LA MONTAGNE

Aligot; Vin chaud au gingembre; Biscuit de savoie

☉ MERCREDI 19 FÉVRIER 18:30 | VENDREDI 21 FÉVRIER 18:30 | JEUDI 06 MARS 18:30 | SAMEDI 08 MARS 10:00

Prévoir pour ce cours : 2 boîte(s) hermétique(s) + 1 moule(s) à manqué

LE SUD-OUEST

Cassoulet; Gâteau basque

☉ SAMEDI 22 FÉVRIER 09:30 | LUNDI 24 FÉVRIER 10:00 | MARDI 04 MARS 18:30 | VENDREDI 07 MARS 14:00

Prévoir pour ce cours : 1 Plat à gratin moyen + 1 assiette (s)

Les ateliers parents/enfants : 35€ / 2 heures

LES « CAKES »

Cheesecake à l'avocat et à la ciboulette; Pancakes; Cake aux fruits confits

☉ MARDI 25 FÉVRIER 10:00 | MERCREDI 05 MARS 14:00

Prévoir pour ce cours : 2 ramequin(s) + 1 boîte(s) hermétique(s) + 1 Moule à cake

FAN DE CARAMBAR !

Mousse et tuiles au Carambar; Riz au lait au carambar; Muffins citron et carambar

☉ SAMEDI 01 MARS 14:00

Prévoir pour ce cours : 3 boîte(s) hermétique(s) + 4 ramequin(s)

Les ateliers enfants : 22€ / 2 heures

LES CUPCAKES

Cupcakes salés aux herbes fraîches; Les cupcakes de toutes les couleurs

☉ SAMEDI 15 FÉVRIER 14:00 | LUNDI 03 MARS 10:00

Prévoir pour ce cours : 2 boîte(s) hermétique(s)

LES BOUCHEES SALEES

Quiche lorraine; Palmiers au fromage

☉ MERCREDI 19 FÉVRIER 14:30 | VENDREDI 07 MARS 10:00

Prévoir pour ce cours : 2 boîte(s) hermétique(s)

LA PIZZA

Ma pizza maison; Smoothie aux fruits de saison

☉ JEUDI 27 FÉVRIER 10:00 | SAMEDI 08 MARS 14:00

Prévoir pour ce cours : 1 assiette (s) + 1 boîte(s) hermétique(s)

LA CHANDELEUR

Pâte à crêpes; Pâte à tartiner, chocolat praliné; Crêpe pomme-cannelle

☉ SAMEDI 08 FÉVRIER 09:30 | LUNDI 24 FÉVRIER 14:00

Prévoir pour ce cours : 1 boîte(s) hermétique(s) + 1 assiette (s)

Les formules express : 18€ / 1 heure

BROCHETTE DE ST JACQUES

Brochette de St-Jacques lardé au piment d'Espelette, velouté de topinambour ; café gourmand offert

☉ LUNDI 10 FÉVRIER 12:30

POISSON EN ECAILLES DE CHORIZO

Poisson en écaille de chorizo, coulis poivron rouge et chorizo ; café gourmand offert

☉ MARDI 04 FÉVRIER 12:30 | JEUDI 20 FÉVRIER 12:30

FORMULE EXPRESS : CASSOLETTE D'ENDIVE

Cassolette d'endive au reblochon ; café gourmand offert

☉ MARDI 18 FÉVRIER 12:30 | JEUDI 06 MARS 12:30

FORMULE EXPRESS : CANARD AU CITRON

Canard au citron et légumes d'hiver ; café gourmand offert

☉ VENDREDI 14 FÉVRIER 12:30 | MARDI 04 MARS 12:30

FORMULE EXPRESS : POULET LAQUE AU MIEL

Salade d'agrumes au poulet laqué au miel et sésame ; café gourmand offert

☉ JEUDI 06 FÉVRIER 12:30 | MERCREDI 12 FÉVRIER 12:30