



Pour vous inscrire, retournez le bulletin d'inscription disponible sur le site Internet [www.atelier-gourmand.fr](http://www.atelier-gourmand.fr) ou demandez-le par téléphone au 02 41 86 92 40.  
 Pour toutes vos questions, n'hésitez pas à nous contacter ou à laisser un message.

	9h30-11h30	14h00-16h00	De 19h à 21h (sauf mention contraire)
mercredi 03 mars			<b>L'APERITIF</b> Sablés aux noisettes à la mousse de chèvre Verrines provençales (tapenade - tomates confites - crème fouettée aux herbes) Feuilletés de poisson
jeudi 04 mars		<b>L'APERITIF</b> Sablés aux noisettes à la mousse de chèvre Verrines provençales (tapenade - tomates confites - crème fouettée aux herbes) Feuilletés de poisson	<b>LES MACARONS</b> Au chocolat, caramel au beurre salé, café, pistaches, coco...
vendredi 05 mars		<b>LES LASAGNES</b> Lasagnes crémeuses à la sauce Bolognaise Lasagnes tutti colori au saumon et crème de safran aux oeufs de poisson	
samedi 06 mars	<b>LA CUISINE AU WOK</b> Nouilles sautées aux crevettes pimentées Curry de boeuf massamam Porc au cumin et citron		
lundi 08 mars			<b>LA CUISINE AU WOK</b> Nouilles sautées aux crevettes pimentées Curry de boeuf massamam Porc au cumin et citron
mercredi 10 mars			<b>LES AMANDES</b> Pastilla au poulet et amandes Mignon de porc au chorizo, compote oignons abricots aux amandes craquantes Crème fouettée au miel et mendians
jeudi 11 mars	<b>LES AMANDES</b> Pastilla au poulet et amandes Mignon de porc au chorizo, compote oignons abricots aux amandes craquantes Crème fouettée au miel et mendians	<b>LES TARTES</b> Tarte coco-thon au curry Tarte fondante au citron vert et meringue dorée	
vendredi 12 mars	<b>LE LIBAN</b> Houmous et pain pita Ailes de poulet à l'ail et au citron Riz pilaf aux vermicelles Achta lié (entremet à l'eau de fleur d'oranger et pistaches)		
samedi 13 mars	RESERVE		
lundi 15 mars		<b>LES AMANDES</b> Pastilla au poulet et amandes Mignon de porc au chorizo, compote oignons abricots aux amandes craquantes Crème fouettée au miel et mendians	
mardi 16 mars		<b>LES MACARONS</b> Au chocolat, caramel au beurre salé, café, pistaches, coco...	<b>LE JAPON</b> (supplément 5 euros) Les sushis et makis Soupe Miso
mercredi 17 mars			<b>LES LASAGNES</b> Lasagnes crémeuses à la sauce Bolognaise Lasagnes tutti colori au saumon et crème de safran aux oeufs de poisson
jeudi 18 mars		<b>LE LIBAN</b> Houmous et pain pita Ailes de poulet à l'ail et au citron Riz pilaf aux vermicelles Achta lié (entremet à l'eau de fleur d'oranger et pistaches)	RESERVE
vendredi 19 mars	<b>LES TARTES</b> Tarte coco-thon au curry Tarte fondante au citron vert et meringue dorée		
samedi 20 mars	<b>LES MACARONS</b> Au chocolat, caramel au beurre salé, café, pistaches, coco...		
lundi 22 mars		<b>LA CUISINE AU WOK</b> Nouilles sautées aux crevettes pimentées Curry de boeuf massamam Porc au cumin et citron	<b>LE LIBAN</b> Houmous et pain pita Ailes de poulet à l'ail et au citron Riz pilaf aux vermicelles Achta lié (entremet à l'eau de fleur d'oranger et pistaches)
mardi 23 mars		<b>LE JAPON</b> (supplément 5 euros) Les sushis et makis Soupe Miso	RESERVE
mercredi 24 mars			<b>LES TARTES</b> Tarte coco-thon au curry Tarte fondante au citron vert et meringue dorée
jeudi 25 mars	<b>LES LASAGNES</b> Lasagnes crémeuses à la sauce Bolognaise Lasagnes tutti colori au saumon et crème de safran aux oeufs de poisson		
vendredi 26 mars	<b>L'APERITIF</b> Sablés aux noisettes à la mousse de chèvre Verrines provençales (tapenade - tomates confites - crème fouettée aux herbes) Feuilletés de poisson		
samedi 27 mars	RESERVE	RESERVE	
		<b>Les cours thématiques</b>	<b>Les cours spéciaux</b>

Pour remporter vos préparations, pensez à vous équiper en glacière et pains de glace et munissez-vous des plats suivants :

**Les macarons** : 1 plateau  
**Le Japon** : 3 boîtes hermétiques moyennes  
**Le Liban** : 2 ramequins - 5 boîtes hermétiques moyennes  
**Le wok** : 3 boîtes hermétiques moyennes  
**Les lasagnes** : 1 plat à gratin de taille moyenne + 5 petites boîtes hermétiques

**Les amandes** : 3 boîtes hermétiques + 2 coupes dessert ou ramequins  
**Les tartes** : 2 assiettes  
**L'apéritif** : 2 boîtes hermétiques moyennes + verrines

**RECEVEZ DIRECTEMENT LE PROGRAMME PAR COURRIER ELECTRONIQUE  
 DES SA PARUTION EN NOUS COMMUNIQUEANT VOTRE ADRESSE MAIL SUR [WWW.ATELIER-GOURMAND.FR](http://WWW.ATELIER-GOURMAND.FR)**