

## Programme de mai

### Adultes

#### **COURS DE CUISINE AYURVEDIQUE SUIVI D'UNE SEANCE DE MEDITATION: LE DAL FRY**

🕒 JEUDI 27 AVRIL 18:00 A 21:00

#### **PLEIN SUD**

Aubergines farcies au parmesan; Tarte passion meringuée coco; Saltimbocca de volaille à la mozzarella et tomates confites

🕒 MERCREDI 10 MAI 18:30 A 20:30 | JEUDI 18 MAI 09:30 A 11:30 | MARDI 23 MAI 14:30 A 16:30

Prévoir pour ce cours : 3 boîte(s) hermétique(s) + 2 moules à tartelette

#### **DELICES D'ORIENT: SPECIAL RAMADAN**

Briouates de volaille aux épices douces et olives vertes; chorba (soupe marocaine aux légumes, viande et vermicelles); Atayef (crêpes farcies à la crème parfumée à la fleur d'oranger et à la pistache)

🕒 JEUDI 11 MAI 09:30 A 11:30 | MARDI 16 MAI 14:30 A 16:30 | VENDREDI 19 MAI 18:30 A 20:30

Prévoir pour ce cours : 3 boîte(s) hermétique(s) + 1 petit pot avec couvercle

#### **SAVEURS DU LIBAN**

Caviar d'aubergines (baba ghannouj); Sfiha (Bouchées Libanaises à la viande et pignon); Taboulé Libanais; Mhalabbiyé (entremet au lait et à la fleur d'oranger)

🕒 VENDREDI 12 MAI 14:30 A 16:30 | MARDI 23 MAI 18:30 A 20:30 | MERCREDI 24 MAI 09:30 A 11:30

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

#### **LIGNE ET GOURMANDISE**

Biscuit de Savoie aérien, coulis de fruits rouges; Rouleaux de printemps à la crevette et à la menthe; Poisson en papillote aux légumes parfumé à la coriandre et citron confit

🕒 MARDI 16 MAI 18:30 A 20:30 | MERCREDI 17 MAI 09:30 A 11:30 | VENDREDI 26 MAI 14:30 A 16:30

Prévoir pour ce cours : 3 boîte(s) hermétique(s) + 2 petits pots avec couvercle

#### **COURS DE VIENNOISERIE AVEC KARIM HYJAZI DE PISTACHE ET CHOCOLAT**

Les viennoiseries (croissant, pain au chocolat...)

🕒 JEUDI 18 MAI 14:30 A 16:30

Prévoir pour ce cours : 1 grand plateau à four

Contact : 09.09.35.35/ 21.35.21.35

Mail : [abidjan@atelier-gourmand.fr](mailto:abidjan@atelier-gourmand.fr)

Facebook : Atelier Gourmand

Abidjan

#### **L'ESPAGNE**

Gaspacho; Crème catalane; Paella de l'atelier

🕒 VENDREDI 19 MAI 14:30 A 16:30 | VENDREDI 26 MAI 09:30 A 11:30 | MARDI 30 MAI 18:30 A 20:30

Prévoir pour ce cours : 1 bocal en verre avec couvercle + 2 petit(s) ramequin(s) à crème brûlée + 1 boîte(s) hermétique(s) de grande taille

#### **SUR LA ROUTE DES ÉPICES**

Ravioles de gambas et patate douce, citronnelle, coco; Bœuf piquant et lentilles corail aux épices; Verrine poires, chocolat crémeux et spéculos

🕒 MERCREDI 24 MAI 18:30 A 20:30 | MARDI 30 MAI 14:30 A 16:30 | MERCREDI 31 MAI 09:30 A 11:30

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

### express lunch

#### **EXPRESS LUNCH: GAMBAS A LA CREME GINGEMBRE ET PAPRIKA ET SON RISOTTO CREMEUX**

Gambas flambées à la crème gingembre paprika et risotto crémeux

🕒 JEUDI 11 MAI 12:30 A 14:00

### Soirée de l'Atelier

#### **SOIREE ITALIENNE: LA DOLCE VITA**

Aubergine alla parmigiana; Gambas flambées, crème gingembre paprika et risotto crémeux; Tiramisu

🕒 JEUDI 18 MAI 19:00 A 22:00

# Enfants

## **ENFANT/ADO: LE LAPIN DE PÂQUES**

Lapin de Pâques (Gâteau au chocolat façonné et décoré)

🕒 SAMEDI 22 AVRIL 10:00 A 12:00 | MARDI 02 MAI 10:00 A 12:00 | VENDREDI 05 MAI 14:30 A 16:30

Prévoir pour ce cours : 1 grande assiette ou plat

## **ENFANT/ADO: LE MENU COMPLET**

Velouté au potiron; Quiche lorraine; Sablés à la confiture

🕒 LUNDI 24 AVRIL 10:00 A 12:00 | MARDI 25 AVRIL 14:30 A 16:30

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

## **ENFANT/ADO: FAN DE CHOCOLAT**

Sablés au chocolat; Chouquettes aux pépites de chocolat; La mousse au chocolat

🕒 LUNDI 24 AVRIL 14:30 A 16:30 | JEUDI 27 AVRIL 14:30 A 16:30 | SAMEDI 29 AVRIL 10:00 A 12:00

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

## **ENFANT/ADO: GOÛTEZ-MOI CA!**

Mozzarella stick (panés) et sauce tomate basilic; Verrine de volaille, agrume et avocat à la sauce cocktail; Chouquettes aux grains de sucre

🕒 MARDI 25 AVRIL 10:00 A 12:00 | MARDI 02 MAI 14:30 A 16:30 | SAMEDI 06 MAI 10:00 A 12:00

Prévoir pour ce cours : 3 boites hermétiques + 1 petit pot avec couvercle

## **ENFANT/ADO: LES CUPCAKES**

Les cupcakes de toutes les couleurs

🕒 MERCREDI 26 AVRIL 10:00 A 12:00 | JEUDI 04 MAI 14:30 A 16:30

Prévoir pour ce cours : 1 grande boîte hermétique

## **ENFANT/ADO : L ' ESPAGNE**

Churros; Fajitas maisons au poulet, yaourt et bouquet d'herbes fraîches

🕒 JEUDI 27 AVRIL 10:00 A 12:00 | SAMEDI 06 MAI 15:00 A 17:00

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

## **ENFANT/ADO : LA PIZZA**

Ma pizza maison; Smoothie exotique

🕒 SAMEDI 29 AVRIL 14:30 A 16:30 | VENDREDI 05 MAI 10:00 A 12:00

Prévoir pour ce cours : 2 assiette(s) + 1 bocal avec couvercle

## **ENFANT/ADO: LE NOUVEL AN CHINOIS**

Beignets de crevettes; Riz cantonnais; Ailes de poulet caramélisées

🕒 MERCREDI 03 MAI 10:00 A 12:00

Prévoir pour ce cours : 3 boîte(s) hermétique(s) + 1 petit pot avec couvercle

## **ENFANT/ADO: JE ME REGALE**

Nuggets de poulet; Cookies; Salade de fruits à la menthe

🕒 MERCREDI 03 MAI 14:30 A 16:30 | JEUDI 04 MAI 10:00 A 12:00

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

## **ENFANTS: C'EST MOI LE CHEF!**

Lasagnes de l'atelier; Langues de chat; Pots de crème à la vanille façon Danette

🕒 MERCREDI 10 MAI 14:30 A 16:30 / samedi 13 MAI 15:00 A 17:00

Prévoir pour ce cours : 1 petit plat à gratin + 2 verrines ou pot ou ramequin + 1 boîte hermétique

## **ENFANT/ADO: LA FÊTE DES MÈRES**

Crêpe-blinis aux courgettes; escalope de volaille à la crème et purée de patate douce; Tatin bretonne à la mangue

🕒 SAMEDI 27 MAI 15:00 A 17:00 | MERCREDI 24 MAI 14:30 A 16:30

Prévoir pour ce cours : 3 boîte(s) hermétique(s) + 2 moules à tartelette