

Programme de Mars

Contact : 09.09.35.35

abidjan@atelier-gourmand.fr

Fb : Atelier Gourmand Abidjan

Adultes : 25.000 F

MARDI GRAS-TRONOMIQUE

Gaufres à la tapenade et tomates confites;
Beignets du pâtissier; Blinis de pommes de terre
et crème fouettée de saumon fumé

☉ MERCREDI 01 MARS 18:30 A 20:30

Prévoir pour ce cours : 3 boîtes hermétiques

LE VIETNAM

Boules coco; Nems au poulet; Beignets de
crevettes; Soupe Vietnamiennne aux crevettes

☉ VENDREDI 03 MARS 18:30 A 20:30 | MARDI 14
MARS 14:30 A 16:30 | VENDREDI 17 MARS 09:30 A
11:30

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

POUR LES YEUX ET LES PAPILLES

Salade Waldorf (poulet, raisin, céleri, pomme,
noix...); Tarte amandine poire-chocolat; Thon
croûté aux baies roses, risotto safrané, coulis au
poivron

☉ MARDI 07 MARS 09:30 A 11:30 | VENDREDI 24
MARS 14:30 A 16:30 | MARDI 28 MARS 18:30 A
20:30

Prévoir pour ce cours : 3 boîtes hermétiques + 1
petit pot + 2 moules à tartelette

LE NOUVEL AN CHINOIS

Brioche vapeur aux crevettes; Poulet au caramel;
Soupe Tonkinoise au bœuf (phô)

☉ MARDI 07 MARS 14:30 A 16:30

Prévoir pour ce cours : 3 boîtes hermétiques

CAP SUR L'AFRIQUE

Yassa au poulet; Sabayon de mangue à la noix
de coco; Gombos aux crevettes

☉ VENDREDI 10 MARS 14:30 A 16:30 | MERCREDI 29
MARS 18:30 A 20:30 | JEUDI 30 MARS 09:30 A 11:30

Prévoir pour ce cours : 3 boîtes hermétiques + 2
ramequins à crème brûlée

SUR LA ROUTE DES ÉPICES

Verrine biscuit aux épices, choco crémeux et
poires; Spätzles (pâtes aux oeufs maison);
Chouquettes aux légumes et parmesan; Poulet
moelleux au paprika et concombre acidulé

☉ VENDREDI 10 MARS 18:30 A 20:30 | MARDI 14
MARS 09:30 A 11:30 | JEUDI 16 MARS 14:30 A 16:30

Prévoir pour ce cours : 4 boîtes hermétiques + 4
verrines

100% ITALIEN ET VÉGÉTARIEN

Verrine Tiramisu exotique (tiramisu coco, coulis
passion, ananas rôti); Minestrone; Gnocchis au
parmesan

☉ SAMEDI 11 MARS 10:00 A 12:00 | MERCREDI 22
MARS 18:30 A 20:30 | MARDI 28 MARS 14:30 A
16:30

Prévoir pour ce cours : 3 boîtes hermétiques + 4
grandes verrines

LE JAPON (SUSHI ET CIE)

Salade de choux japonaise; Les sushis, les
makis, california rolls...

☉ JEUDI 16 MARS 18:30 A 20:30 | MARDI 21 MARS
14:30 A 16:30

Prévoir pour ce cours : 4 boîtes hermétiques

COURS DE PATISSERIE AVEC KARIM HYJAZI: LA CHARLOTTE AUX FRUITS EXOTIQUES

Charlotte aux fruits exotiques (biscuits à la
cuillère maison - crème mousseline)

☉ JEUDI 23 MARS 14:30 A 16:30

Prévoir pour ce cours : 1 grande boîte profonde
avec couvercle ou cloche

COURS DE CUISINE AYURVÉDIQUE ET MÉDITATION (cours suivi du repas et méditation)

Aloo Mattar (pommes de terre et petits pois aux
épices indiennes) et riz basmati

☉ VENDREDI 24 MARS 18:00 A 21:00

COURS DE CUISINE LIBANAISE TRADITIONNELLE AVEC SALLY ISSA

☉ JEUDI 09 MARS 17:30 A 19:30 | VENDREDI 17
MARS 17:30 A 19:30 | MARDI 21 MARS 17:30 A
19:30 | MERCREDI 29 MARS 17:30 A 19:30

Parent/enfant: 25.000 F

PARENT ENFANT: UN AIR D'ITALIE

Ma pizza maison; Tiramisu; Verrine de tartare de tomate, mozzarella et tuiles au thym

🕒 JEUDI 09 MARS 14:30 A 16:30

Prévoir pour ce cours : 2 assiettes + 4 grandes verrines

Enfant/Ado: 15.000 F

ENFANT/ADO: MON MENU CHIC

Médailon de volaille à la Vache qui rit, frites de patates douces; Tarte tatin aux pommes fondantes

🕒 LUNDI 27 FEVRIER 10:00 A 12:00 | MARDI 28 FEVRIER 14:30 A 16:30

Prévoir pour ce cours : 2 boîtes hermétiques + 2 moules à tartelette

ENFANT/ADO: LE NOUVEL AN CHINOIS

Beignets de crevettes; Riz cantonnais; Ailes de poulet caramélisées

🕒 LUNDI 27 FEVRIER 14:30 A 16:30

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

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 28 FEVRIER 10:00 A 12:00

Prévoir pour ce cours : 3 boîtes hermétiques + 1 petit pot avec couvercle + 4 verrines

ENFANT/ADO: MARDI GRAS ET CHANDELEUR

Crêpe-blinis aux courgettes; Beignets aux pommes; Gaufres traditionnelles et sauce au chocolat

🕒 MERCREDI 01 MARS 10:00 A 12:00

Prévoir pour ce cours : 3 boîtes hermétiques + 1 pot à confiture avec couvercle

ENFANT/ADO : LA PIZZA

Ma pizza maison; Smoothie exotique

🕒 MERCREDI 01 MARS 14:30 A 16:30 | VENDREDI 03 MARS 10:00 A 12:00

Prévoir pour ce cours : 2 assiettes + 1 bocal avec couvercle

ENFANT/ADO: MON REPAS EQUILIBRE

Suprême de volaille aux champignons sauce crème; Velouté de courgette; Tarte à la mangue et à la crème pâtissière

🕒 JEUDI 02 MARS 10:00 A 12:00

Prévoir pour ce cours : 3 boîtes hermétiques + 2 moules à tartelette

ENFANT/ADO:LES CUPCAKES

Les cupcakes de toutes les couleurs

🕒 JEUDI 02 MARS 14:30 A 16:30

Prévoir pour ce cours : 1 grande boite hermétique

ENFANT/ADO: LE MENU COMPLET

Velouté au potiron; Quiche lorraine; Sablés à la confiture

🕒 VENDREDI 03 MARS 14:30 A 16:30

Prévoir pour ce cours : 3 boîtes hermétiques

ENFANT/ADO: L'HEURE DU GOÛTER

Lunettes à l'abricot; Madeleines; Congolais

🕒 SAMEDI 04 MARS 10:00 A 12:00 | SAMEDI 25 MARS 15:00 A 17:00

Prévoir pour ce cours : 3 boîtes hermétiques

ENFANT/ADO : L ' ESPAGNE

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

🕒 MERCREDI 08 MARS 14:30 A 16:30 | SAMEDI 18 MARS 10:00 A 12:00

Prévoir pour ce cours : 2 boîtes hermétiques

ENFANT/ADO: SAVEURS ET COULEURS

Le risotto crémeux au poulet; Pop Cakes multicolores

🕒 SAMEDI 11 MARS 15:00 A 17:00 | MERCREDI 29 MARS 14:30 A 16:30

Prévoir pour ce cours : 2 boîtes hermétiques

ENFANT/ADO: C'EST MOI LE CHEF!

Tomates farcies au bœuf; Riz pilaf aux vermicelles (riz libanais); Iles flottantes

🕒 MERCREDI 22 MARS 14:30 A 16:30 | SAMEDI 25 MARS 10:00 A 12:00

Prévoir pour ce cours : 2 boîtes hermétiques + 4 ramequins