

# PROGRAMME DE COURS\*

Avril 2024

\*Ce programme n'est pas mis à jour automatiquement. Veuillez vous référer au programme sur notre site internet.

## Escape Cook© Inter Entreprises

### ESCAPE COOK INTER-ENTREPRISES - Dégustation sur place

Soirée challenge et réseau

En équipe de 3 à 4 collègues, venez défier les autres entreprises. Qui seront les plus rapides? Dégustation des délicieuses recettes tous ensemble à l'issue de l'activité.

Croustillant au poulet, fromage frais et abricots secs; Gambas flambées, crème gingembre paprika et risotto crémeux; Coulant au chocolat à la fleur de sel LR

**mardi 09 avril 18:30 à 21:30**

Prévoir : 6 boîte(s) hermétique(s)

## Escape Cook©

### ESCAPE COOK D'AVRIL : EPICES & CO

Saurez-vous résoudre les énigmes, en équipe, pour préparer votre menu ?; Croustillant aux pommes et magret fumé; Wok de Volaille, Gingembre et Ananas; Sablé breton aux zestes, pommes aux épices, dentelle de caramel

**dimanche 07 avril 10:00 à 12:00**

Prévoir : 4 boîte(s) hermétique(s)

## Initiation à la dégustation de vins

### INITIATION A LA DÉGUSTATION DE VINS D'AVRIL

Le jeu se mêle à la dégustation pragmatique et accessible de vins. Vos 5 sens sont en éveil !; Avec Quentin, Oenologue chez Vinicalement Vôtre

**vendredi 05 avril 18:30 à 20:30**

**dimanche 07 avril 10:00 à 12:00**

## Soirée Mets et vins

### SOIRÉE ACCORDS METS & VINS D'AVRIL (2h de cours de cuisine + dîner sur place avec professionnel du vin - vins compris)

Verrine thaïe mangue et crevettes; Cabillaud croustillant au lard, sauce béarnaise, poêlée de légumes; Tarte au chocolat, caramel, éclats de fruits secs

**jeudi 25 avril 19:00 à 22:00**

Prévoir : 1 boîte(s) hermétique(s)

## Adulte

### ADULTE : LES BEAUX JOURS...

Gambas en croûte de noix de cajou, vinaigrette ail et gingembre; Dos de poisson au lait de coco et pamplemousse rose; Douceur d'oranges, coque chocolat

**mercredi 03 avril 14:00 à 16:00**

Prévoir : 4 boîte(s) hermétique(s) + 1 boîte(s) hermétique(s) petite(s) + 2 ramequin(s)

### ADULTE : UN AIR PRINTANIER

Crème brûlée aux petits pois et curry; Filet mignon basse température, citron vert et coriandre, carottes glacées; Verrine à la mangue, mousse au citron vert et croquant au chocolat au lait

**jeudi 04 avril 10:00 à 12:00**

Prévoir : 2 ramequin(s) à crème brûlée + 3 boîte(s) hermétique(s) + 2 Verre(s) ou verrine(s) type "La Laitière"

### ADULTE : MENU DE PÂQUES

Oeuf mollet, crème de fanes et copeaux de radis; Mille-feuille pomme de terre anise, fondue d'agneau et aubergines; Panna cotta au chocolat au lait

**vendredi 05 avril 14:00 à 16:00**

Prévoir : 5 boîte(s) hermétique(s) + 2 verre(s) transparent(s)

### ADULTE : TOUTE L'ANNÉE

Raviole de betterave au chèvre; Brochette de poulet au cacahuètes, sauce piquante; Flan pâtissier

**samedi 06 avril 14:30 à 16:30**

Prévoir : 4 boîte(s) hermétique(s) + 1 boîte(s) hermétique(s) petite(s) + 1 Moule(s) à tartelette(s)

### ADULTE : BISTRONOMIE, A LA MAISON

Gougères (Pâte à choux au fromage); Canard sauce aux figues flambée au Cognac, royale de champignons; Sablé aux noix, pommes crues et cuites, caramel au beurre salé

**mercredi 10 avril 09:30 à 11:30**

**samedi 27 avril 14:00 à 16:00**

Prévoir : 5 boîte(s) hermétique(s) + 1 boîte(s) hermétique(s) petite(s) + 2 ramequin(s)

### ADULTE : DÉLICE DE SAVEURS

Carotte, à la carotte, féta et curcuma; Pommes duchesse au parmesan; Chou-passion paquerette

**jeudi 11 avril 14:00 à 16:00**

**mercredi 24 avril 09:30 à 11:30**

Prévoir : 4 boîte(s) hermétique(s)

### ADULTE ou ADULTE/ENFANT : CUISINE TEX-MEX

Quesadillas mexicain de poulet (galettes maison); Guacamole (mexicain); Tres leche (gâteau mexicain)

**jeudi 11 avril 18:00 à 20:00**

Prévoir : 4 boîte(s) hermétique(s)

### ADULTE : LE PRINTEMPS EST DANS L'ASSIETTE

Terrine petits pois et coriandre, sauce moutarde et pignons; Axoa comme au pays basque; Tartelette caramel et crème brûlée

**mardi 16 avril 18:00 à 20:00**

Prévoir : 5 boîte(s) hermétique(s) + 2 ramequin(s)

### ADULTE OU ADULTE/ENFANT : LE LIBAN AUX BEAUX JOURS

Pain pita; Sauce à l'ail; Fatté d'aubergines (yaourt, pain grillé, pignons de pin et menthe); Achta lié (crème au lait, pistaches, etc.)

**mercredi 17 avril 09:30 à 11:30**

Prévoir : 4 boîte(s) hermétique(s) + 3 boîte(s) hermétique(s) petite(s) + 2 ramequin(s)

## **ADULTE : AU PAYS DU SOLEIL LEVANT**

Raviolis japonais au porc poêlés (gyozas);  
Brochettes de poulet, sauce satay; Mochis sirop  
maison et fraise (pâtisseries japonaises)

**jeudi 18 avril 18:30 à 20:30**

Prévoir : 1 boîte(s) hermétique(s) petite(s) + 5  
boîte(s) hermétique(s)

## **ADULTE 100% PÂTISSERIE : LE PARIS BREST**

Paris-Brest (pâte à choux, crème mousseline  
pralinée)

**samedi 20 avril 14:00 à 16:00**

Prévoir : 1 boîte(s) à gâteau

## **ADULTE OU ADULTE /ENFANT : NUMBER CAKE LAPIN DE PÂQUES**

Number Cake vanille et chocolat; Préparez votre  
gâteau de la forme de votre choix (chiffre,  
lettre, coeur,..) et décoré selon vos envies

**samedi 27 avril 10:00 à 12:00**

Prévoir : 1 plateau(x) + 2 boîte(s) hermétique(s)

## **ADULTE ou ADULTE/ENFANT : Voyage Voyage**

Pastilla; Tajine d'agneau aux abricots moelleux;  
Cornes de gazelle

**dimanche 28 avril 10:00 à 12:00**

Prévoir : 5 boîte(s) hermétique(s)

## **ADULTE OU ADULTE/ENFANT : L'INDE VIENT DANS NOTRE CUISINE**

Pakora de légumes, sauce menthe cumin; Curry  
de poulet à la menthe; Naans selon vos envies :  
au fromage, à l'ail au cumin...

**mardi 30 avril 18:00 à 20:00**

Prévoir : 4 boîte(s) hermétique(s) + 1 boîte(s)  
hermétique(s) petite(s)

## **Adulte/Enfant**

### **ADULTE ou ADULTE/ENFANT : CUISINE TEX-MEX**

Quesadillas mexicain de poulet (galettes  
maison); Guacamole (mexicain); Tres leche  
(gâteau mexicain)

**jeudi 11 avril 18:00 à 20:00**

Prévoir : 4 boîte(s) hermétique(s)

### **ADULTE OU ADULTE/ENFANT : LE LIBAN AUX BEAUX JOURS**

Pain pita; Sauce à l'ail; Fatté d'aubergines  
(yaourt, pain grillé, pignons de pin et menthe);  
Achta lié (crème au lait, pistaches, etc.)

**mercredi 17 avril 09:30 à 11:30**

Prévoir : 4 boîte(s) hermétique(s) + 3 boîte(s)  
hermétique(s) petite(s) + 2 ramequin(s)

### **ADULTE/ENFANT : LES CUPCAKES DE PÂQUES !**

Cupcakes de Pâques

**mercredi 24 avril 14:00 à 16:00**

Prévoir : 3 boîte(s) hermétique(s)

## **Enfant (6-12ans)**

### **ENFANT : COMME À LA MAISON**

Lasagnes crémeuses à la bolognaise; Gâteau  
magique au chocolat; Smoothie exotique

**mercredi 17 avril 14:00 à 16:00**

Prévoir : 1 plat(s) à gratin moyen(s) + 2  
ramequin(s) + 2 Pot(s) à confiture

### **ENFANT : LE VRAI CARROT CAKE**

Le vrai carrot cake, décoration et glaçage  
maison

**jeudi 25 avril 14:00 à 16:00**

Prévoir : 2 boîte(s) hermétique(s)