

# PROGRAMME DE COURS\*

## MAI & JUIN 2021

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

### ADULTE

#### ADULTE : VOYAGE EN MEDITERRANEE

Chaussons grecs à la menthe et à la feta;  
Saltimbocca de veau à la mozzarella et tomates confites; Tarte tropézienne

JEUDI 06 MAI 10:00 A 12:00  
MARDI 01 JUIN 14:00 A 16:00  
VENDREDI 18 JUIN 19:00 A 21:00  
SAMEDI 03 JUILLET 14:00 A 16:00

Prévoir : 3 boîte(s) hermétique(s)

#### ADULTE : VIVE LES BEAUX JOURS

Gambas en croûte de noix de cajou, vinaigrette ail et gingembre; Ballottine de volaille farcie à la Ricotta et aux fines herbes, mousseline de carottes au curcuma; Crème brûlée aux pralines roses

VENDREDI 07 MAI 10:00 A 12:00  
JEUDI 27 MAI 14:00 A 16:00  
JEUDI 17 JUIN 19:00 A 21:00  
JEUDI 01 JUILLET 10:00 A 12:00

Prévoir : 4 boîte(s) hermétique(s) + 2 ramequin(s) à crème brûlée

#### ADULTE : PARFUMS D'AILLEURS

Terrine de poulet à l'oriental; Poisson du jour, crumble au Piment d'Espelette, fondue de légumes; Mousse au chocolat intense, confit d'abricot à la cardamome

VENDREDI 07 MAI 14:00 A 16:00  
MARDI 15 JUIN 10:00 A 12:00  
VENDREDI 02 JUILLET 18:00 A 20:00

Prévoir : 3 boîte(s) hermétique(s) + 1 pot à confiture + 1 petit plat à gratin 20cm/20cm + 2 verrine(s)

#### ADULTE : ACCORDS FRAISES ET ASPERGES

Sablé parmesan, mousse salée à la pistache et asperges vertes; Poulet laqué au porto, oignons nouveaux gratinés et asperges blanches; Panna cotta, fraises en fleurs

MARDI 11 MAI 10:00 A 12:00  
SAMEDI 22 MAI 10:00 A 12:00  
VENDREDI 28 MAI 18:00 A 20:00  
JEUDI 03 JUIN 14:00 A 16:00

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

#### ADULTE : MON MENU AU WOK

Nouilles sautées aux légumes croquants (Chaomian); Wok de poulet aux noix de cajou; Riz frit aux crevettes

JEUDI 13 MAI 10:00 A 12:00  
SAMEDI 29 MAI 18:00 A 20:00  
MARDI 08 JUIN 14:00 A 16:00  
MARDI 22 JUIN 10:00 A 12:00

Prévoir : 3 boîte(s) hermétique(s) moyenne(s) + 1 boîte(s) hermétique(s)

#### ADULTE : LE MILLE-FEUILLES (feuilletage maison)

Mille-feuilles à la vanille

JEUDI 13 MAI 14:00 A 16:00

Prévoir : 2 boîte(s) hermétique(s) moyenne(s)

#### ADULTE : LES SUSHIS

Les sushis, les makis, california rolls...

SAMEDI 15 MAI 14:00 A 16:00  
MARDI 01 JUIN 18:00 A 20:00  
JEUDI 24 JUIN 10:00 A 12:00

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

## ADULTE : DU SOLEIL !

Crumble de courgette, roquette et chèvre; Poisson mariné au lait de coco et citron vert; Biscuit noisette, ganache chocolat et framboises

**MARDI 18 MAI 10:00 A 12:00**  
**SAMEDI 05 JUIN 18:00 A 20:00**  
**VENDREDI 11 JUIN 14:00 A 16:00**  
**SAMEDI 26 JUIN 10:00 A 12:00**

Prévoir : 1 plat à gratin petit + 2 boîte(s) hermétique(s)

## ADULTE : C'EST DE SAISON

Crème d'asperges à la mozzarella, pesto aux herbes; Aubergine grillée, agneau confit et crème au thym; Tiramisu fraises-rhubarbe à l'amande

**VENDREDI 21 MAI 10:00 A 12:00**  
**VENDREDI 04 JUIN 14:00 A 16:00**  
**SAMEDI 12 JUIN 10:00 A 12:00**

Prévoir : 2 verrine(s) + 1 boîte(s) hermétique(s) + 1 petit plat à gratin + 2 ramequin(s)

## ADULTE : L'INDE

Curry de poulet à la menthe; Koftas épicées aux oignons, sauce au yaourt; Naans au fromage

**VENDREDI 21 MAI 14:00 A 16:00**  
**SAMEDI 05 JUIN 10:00 A 12:00**  
**JEUDI 17 JUIN 14:00 A 16:00**  
**SAMEDI 26 JUIN 18:00 A 20:00**

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

## ADULTE : HERBES FOLLES

Rouleaux de printemps, saumon fumé, pamplemousse et aneth; Fricassés d'asperges vertes, gambas, caramel orange et romarin; Parfait mojito (dessert menthe et citron)

**SAMEDI 22 MAI 18:00 A 20:00**  
**MARDI 25 MAI 14:00 A 16:00**  
**VENDREDI 18 JUIN 10:00 A 12:00**

Prévoir : 4 boîte(s) hermétique(s) moyenne(s) + 2 ramequin(s)

## ADULTE : FRAICHEUR

Gratin de crabe; Dos de cabillaud au lait de coco et pamplemousse rose; Fenetra (tarte meringuée, abricot et citron confit)

**VENDREDI 28 MAI 14:00 A 16:00**  
**JEUDI 10 JUIN 10:00 A 12:00**  
**SAMEDI 19 JUIN 18:00 A 20:00**  
**MERCREDI 23 JUIN 14:00 A 16:00**

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

## ADULTE : PRINTEMPS AU JARDIN

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

**MARDI 25 MAI 10:00 A 12:00**  
**VENDREDI 11 JUIN 19:00 A 21:00**

Prévoir : 2 ramequin(s) + 3 boîte(s) hermétique(s) + 2 verre(s)

## ADULTE : LE MENU DU MOIS DE JUIN

Tarte tressée à la crème de poivrons grillés et chèvre frais; Axoa de veau, comme au pays basque; Charlotte à la rhubarbe

**JEUDI 03 JUIN 10:00 A 12:00**  
**SAMEDI 12 JUIN 18:00 A 20:00**  
**SAMEDI 19 JUIN 14:00 A 16:00**  
**MARDI 29 JUIN 18:00 A 20:00**

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

## ADULTE/ENFANT

### ADULTE/ENFANT (1 inscription par binôme) : LE BRUNCH

Pancakes moelleux et caramel au beurre salé; L'oeuf poché océanique; Smoothie de saison

**DIMANCHE 16 MAI 10:00 A 12:00**

**DIMANCHE 06 JUIN 10:00 A 12:00**

Prévoir : 1 boîte(s) hermétique(s) + 1 bocal en verre avec couvercle + 2 verre(s)

### ADULTE/ENFANT (1 inscription/binôme) : CHO-CHO-CHOCOLAT !

Twix maison : sablé, caramel au beurre salé enrobage chocolat lait; Coulant au chocolat à la fleur de sel; Tarte sablée au chocolat

**SAMEDI 22 MAI 14:00 A 16:00**

Prévoir : 4 boîte(s) hermétique(s)

### ADULTE/ENFANT (1 inscription par binôme) : LES MACARONS GOURMANDS

Macarons au chocolat; Macarons au citron ou au fruit de la passion

**SAMEDI 12 JUIN 14:00 A 16:00**

Prévoir : 1 plateau(x)

### ADULTE/ENFANT (1 inscription par binôme) : LA FETE DES PERES

Escalope de volaille à la crème; Crepe-blinis aux courgettes; Tatin bretonne à l'ananas rôti

**SAMEDI 19 JUIN 10:00 A 12:00**

Prévoir : 3 boîte(s) hermétique(s) moyenne(s) + 2 boîte(s) hermétique(s)

### ADULTE/ENFANT (1 inscription par binôme) : PIQUE NIQUE

Moelleux tomates, coeur ricotta; Tarte coco-thon au curry; Verrine de riz au lait, compotée d'abricot et allumettes caramélisées

**SAMEDI 26 JUIN 14:00 A 16:00**

Prévoir : 3 boîte(s) hermétique(s) + 2 verrine(s) + 1 boîte(s) hermétique(s) petite(s)

### ADULTE/ENFANT (une inscription par binôme) : GOURMANDISES

Moelleux aux framboises, coeur chocolat blanc; Chouquettes aux grains de sucre; Langues de chat au chocolat

**SAMEDI 03 JUILLET 10:00 A 12:00**

Prévoir : 3 boîte(s) hermétique(s)

## ESCAPE COOK

### ESCAPE COOK : D'ICI ET D'AILLEURS

Tempura de gambas, réduction au miel épicée; Wok de Volaille, Gingembre et Ananas; Gâteau nantais

**SAMEDI 08 MAI 14:00 A 16:00**

Prévoir : 3 boîte(s) hermétique(s) + 3 ramequin(s)

### ESCAPE COOK : MES DESSERTS EXPRESS

Coulant au chocolat à la fleur de sel de Noirmoutier; Croissant de lune à la noisette; Verrine à la mangue, mousse au citron vert

**SAMEDI 05 JUIN 14:00 A 16:00**

Prévoir : 1 boîte(s) hermétique(s) + 1 boîte(s) hermétique(s) moyenne(s) + 3 verrine(s)

### ESCAPE COOK : MEZZE LIBANAIS

Taboulé Libanais; Fatté d'aubergines (yaourt, pain grillé, pignons de pin et menthe); Chich taouk (poulet mariné) aux épices et huile d'olive, pita et sauce à l'ail

**DIMANCHE 27 JUIN 10:00 A 12:00**

Prévoir : 1 boîte(s) hermétique(s) + 5 boîte(s) hermétique(s) moyenne(s) + 1 ramequin(s)

## METS ET VINS

### SOIREE EN ACCORDS METS ET VINS (cours de cuisine + dîner sur place) : BELLE SAISON

Gaspacho d'été; Rougail d'agneau aux aubergines, sauce au chèvre; Mousse citron et fraises

**VENREDI 25 JUIN 19:00 A 22:00**