








Une initiative de la Paroisse !

Atelier cuisine pour tous !








Petits et grands, experts ou débutants, nous vous attendons pour réaliser de belles recettes de cuisine du terroir ou d'ailleurs

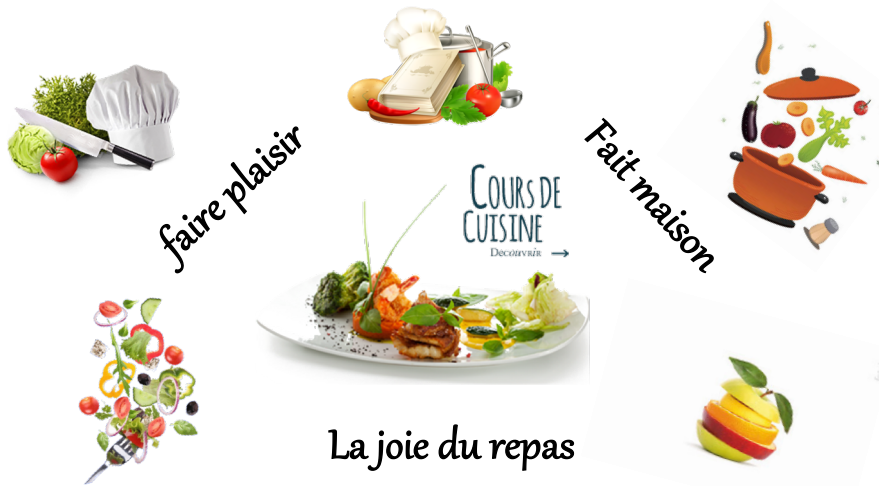
-  *Le lieu* : Église Saint Vincent de Paul
-  *Les rencontres* : les samedis (voir au dos)
-  *Le coût* : 10€ par personne
-  *Pour emporter & déguster en famille* : prévoir quelques euros supplémentaires
-  *Pour tous* (places limitées)
-  *Heure* : 9h – 12h
-  *Apprendre, se régaler...*

Une initiative de la Paroisse !

Atelier cuisine pour tous !

Petits et grands, experts ou débutants, nous vous attendons pour réaliser de belles recettes de cuisine du terroir ou d'ailleurs

-  *Le lieu* : Église Saint Vincent de Paul
-  *Les rencontres* : les samedis (voir au dos)
-  *Le coût* : 10€ par personne
-  *Pour emporter & déguster en famille* : prévoir quelques euros supplémentaires
-  *Pour tous* (places limitées)
-  *Heure* : 9h – 12h
-  *Apprendre, se régaler...*



Liliane Tran – Maison Paroissiale – 1 rue de Sault 38000 Grenoble - 04 76 87 27 82



Quand l'heure est venue, Jésus
s'installe pour le repas avec les apôtres. (Luc 22,14)



Quand l'heure est venue, Jésus
s'installe pour le repas avec les apôtres. (Luc 22,14)

Liliane Tran – Maison Paroissiale – 1 rue de Sault 38000 Grenoble - 04 76 87 27 82



Ce trimestre, nous visiterons ensemble le continent asiatique

Le 27 octobre

Variation indienne autour des Samossas

A la viande et aux légumes

Au thon

Création d'une recette originale, à la crevette



Novembre

Samedi 10 : les délicieuses soupes chinoises

Au Vietnam et généralement en Asie, les soupes composées de pâtes, d'une garniture de viandes émincées, de crevettes, d'herbes aromatiques et digestives, arrosées d'un bouillon parfumé et savoureux, sont appréciées et dégustées par les adultes comme par les enfants dès leur plus jeune âge.

Ce sont des recettes riches, traditionnelles, d'un coût modique. Elles méritent d'être connues et vulgarisées.

Samedi 17 : les marinades

Ce chapitre permet d'apprendre à mariner les viandes (bœuf, poulet, porc) pour faire des sautés simples, légers et savoureux, servis en brochettes ou en assiette.

Nous ferons des garnitures d'accompagnement et différentes sauces en fonction du temps qui reste.

Samedi 24 : les nems

Les fêtes approchent, nous apprendrons à faire les nems croustillants qui pourront être servis pour un buffet festif ou un apéritif original. Vous verrez qu'on peut y mettre tout ce qu'on aime et qu'il n'y a aucun mystère dans ce met universellement connu et apprécié.

Décembre

Samedi 1 : variation autour des fruits de mer

Crevette ou poisson au curry, lait de coco et coriandre, riz blanc

Coquilles saint Jacques aux agrumes sur lit de fondu de poireau

Samedi 8 : quelques recettes pour les fêtes

Poulet désossé et farci

Choix de garnitures en fonction du marché.

Samedi 15 : quelques recettes idées festives à un prix tout doux...

Crêpes aux œufs de lump ou à l'émincé de truite fumée (entrée ou amuse bouche)

Roulé de saumon et sa garniture (entrée)

Filets de poulets roulés autour d'un cœur de mozzarella et de tomates sèches et sa sauce aux champignons

Au plaisir de partager,

Culinairement vôtre,

 Liliane



Ce trimestre, nous visiterons ensemble le continent asiatique

Le 27 octobre

Variation indienne autour des Samossas

A la viande et aux légumes

Au thon

Création d'une recette originale, à la crevette



Novembre

Samedi 10 : les délicieuses soupes chinoises

Au Vietnam et généralement en Asie, les soupes composées de pâtes, d'une garniture de viandes émincées, de crevettes, d'herbes aromatiques et digestives, arrosées d'un bouillon parfumé et savoureux, sont appréciées et dégustées par les adultes comme par les enfants dès leur plus jeune âge.

Ce sont des recettes riches, traditionnelles, d'un coût modique. Elles méritent d'être connues et vulgarisées.

Samedi 17 : les marinades

Ce chapitre permet d'apprendre à mariner les viandes (bœuf, poulet, porc) pour faire des sautés simples, légers et savoureux, servis en brochettes ou en assiette.

Nous ferons des garnitures d'accompagnement et différentes sauces en fonction du temps qui reste.

Samedi 24 : les nems

Les fêtes approchent, nous apprendrons à faire les nems croustillants qui pourront être servis pour un buffet festif ou un apéritif original. Vous verrez qu'on peut y mettre tout ce qu'on aime et qu'il n'y a aucun mystère dans ce met universellement connu et apprécié.

Décembre

Samedi 1 : variation autour des fruits de mer

Crevette ou poisson au curry, lait de coco et coriandre, riz blanc

Coquilles saint Jacques aux agrumes sur lit de fondu de poireau

Samedi 8 : quelques recettes pour les fêtes

Poulet désossé et farci

Choix de garnitures en fonction du marché.

Samedi 15 : quelques recettes idées festives à un prix tout doux...

Crêpes aux œufs de lump ou à l'émincé de truite fumée (entrée ou amuse bouche)

Roulé de saumon et sa garniture (entrée)

Filets de poulets roulés autour d'un cœur de mozzarella et de tomates sèches et sa sauce aux champignons

Au plaisir de partager,

Culinairement vôtre,

 Liliane