

  	Mardi 03/10	12h30 à 13h30	Déjeuner autour d'un plat : Velouté de châtaignes et bruschetta aux figues chèvre et miel.	35€
 	Mercredi 04/10	19h00 à 21h00	Diner végétarien : Cannellonis ricotta menthe fraîche / Mousse à l'orange et aux pépites de chocolat .	65€
  	Jeudi 05/10	12h30 à 13h30	Déjeuner autour d'un plat : Dos de cabillaud au beurre d'orange et tatin d'endives braisées.	35€
 	Jeudi 05/10	19h00 à 21h00	So good ! : Parmentier de canard aux cèpes / Tatin aux pommes au caramel d'orange.	65€
  	Vendredi 06/10	12h30 à 13h30	Déjeuner autour d'un plat : Cocotte de curry de gambas au lait de coco et aux lentilles corail.	35€
 	Vendredi 06/10	18h30 à 21h30	Les raviolis chinois : Raviolis au poulet gingembre et coriandre / Raviolis au saumon oignons verts et champignons noirs / Tapioca au lait de coco et coulis de mangue. <i>Vous fabriquerez la pâte.</i>	90€
	Samedi 07/10	14h00 à 17h00	Les terrines d'hiver : Terrine de Saint Jacques aux poireaux / Terrine de légumes confits / Terrine de crêpes à l'orange.	90€
  	Mardi 10/10	12h30 à 13h30	Déjeuner autour d'un plat : Tourte au foie gras et aux champignons.	35€
 	Mardi 10/10	19h00 à 21h00	Belles entrées : Cannellonis de magret fumé au chèvre frais et au basilic / Millefeuille craquant de saumon frais à la ciboulette / Crème brûlée au foie gras.	65€
  	Jeudi 12/10	18h30 à 20h30	Découvrir ses sens par les saveurs : Atelier cours de cuisine et séance de sophrologie. Venez éveiller vos sens par les saveurs dans notre atelier et réapprendre à manger ce qui est bon au goût quand on a faim. En vous initiant à ce cours de cuisine de grande originalité, vous prendrez plaisir à cuisiner et à déguster votre nourriture. Pendant 1 heure Isabelle vous initiera à la préparation de votre menu (plat-dessert) et à sa dégustation. A chaque étape Patricia sophrologue vous guidera (grâce à des techniques de respiration, de relaxation et de visualisation positive) à affiner vos sens, développer votre goût, retrouver votre intuition alimentaire- intuition de la quantité afin d'au mieux réveiller votre sensation de satiété. Au menu : <ul style="list-style-type: none"> • Ballotine de volaille farcie aux champignons et aux herbes, petite sauce pesto d'herbes et purée de légumes de saison selon marché, éclats de noisettes torréfiées. • Mille-feuille aux fruits de saison selon arrivage. Un tablier et les fiches de recettes vous seront fournis. Veuillez nous indiquer à votre inscription toute allergie-intolérance alimentaire afin de vous proposer d'autres ingrédients. Nous vous demandons de bien vouloir avant le 6 octobre nous confirmer votre inscription à l'adresse e-mail suivante contact@initiationgourmande.com , nous vous communiquerons l'adresse postale pour envoyer votre règlement. Prix : 75€ / personne (cours de cuisine+ + fiches de recettes +Séance de sophrologie + dégustation du plat et dessert- boissons comprises : vin et café ou thé). Nombre maximum d'inscrits : 12 (minimum 7)	75€
  	Vendredi 13/10	12h30 à 13h30	Déjeuner autour d'un plat : Risotto aux gambas et au curcuma.	35€
 	Vendredi 13/10	18h30 à 21h30	Au bord de la mer : Tartare de bar aux mangues / Marinière de moules et St Jacques aux petits légumes / Crêpes aux pommes caramélisées au beurre salé	90€
	Samedi 14/10	14h00 à 16h00	Desserts du week-end : Cheesecake au citron / Tiramisu straciatella / Mousse de châtaignes au cognac / Brioche perdue aux pommes et caramel beurre salé.	65€
 	Mardi 17/10	19h00 à 21h00	Pile poêle ! : Pain perdu à la parmesane / Aller retour de foie gras et poêlée de champignons / Nem de crêpes à la crème d'orange.	65€
 	Jeudi 19/10	19h00 à 21h00	Menu sans gluten / Végétarien : Écrasé de petits pois menthe et burrata / Légumes rôtis aux épices, polenta et œuf mollet / Crème de coco, ananas et chips cacao.	65€
	Samedi 21/10	14h30 à 17h30	La Dolce Vita : Gnocchi maison au pesto / Raviolis au ricotta et au jambon.	90€



Dégustation sur place











A emporter (2 parts)



Boisson comprise



Café gourmand compris

		Mardi 24/10	12h00 à 14h00	Cours enfants - Déjeuner en Asie : Rouleaux de printemps / Brochette de poulet caramélisé / Riz cantonnais / Cake à la banane.	40€	
		Mardi 24/10	18h30 à 21h30	Bouchées apéritives : Mini brochette de poulet caramélisées / Focaccia au chèvre et aux olives / Verrine de tartare de saumon aux mangues / Mini croque Monsieur aux truffes / Verrine de lentilles au foie gras.	90€	
		Mercredi 25/10	15h00 à 17h00	Cours enfants - Gouter de rêve : Gâteau roulé au Nutella / Crêpes au sucre / Brownie / Milkshake aux fruits.	40€	
		Mercredi 25/10	18h30 à 21h30	Mon diner vitaminé : Millefeuille de poivrons marinés au fromage frais / Saumon pané à l'orange, poêlée de légumes de saison / Clafoutis mi figue mi raisin.	90€	
		Jeudi 26/10	15h00 à 17h00	Cours enfants - Pom Pom : Chaussons aux pommes / Crumble pommes poires / Crêpes pommes choco / Moelleux aux pommes.	40€	
		Vendredi 27/10	18h30 à 20h30	Grands gourmands : Madeleines au miel / Chouquettes aux amandes grillées / Tatin aux pommes.	65€	
			Samedi 28/10	11h00 à 13h00	Cours parent-enfant - Déjeuner méditerranéen : Salade de carottes au cumin / Kefta de poulet aux épices douces, sauce tomates, herbes et semoule gourmande / Tiramisu. <i>* pour le couple parent-enfant</i>	65€*
		Samedi 28/10	14h00 à 16h00	Empanadas maison : Au reblochon et aux lardons / Au saumon frais et aux épinards / Aux poivrons et au poulet / Aux pommes et aux poires.	65€	
		Mardi 31/10	12h00 à 14h00	Cours enfants - Un petit tour en Italie : Brushetta tomate, mozzarella, basilic / Calzone à composer / Tiramisu aux Oreos.	40€	



Dégustation sur place



A emporter (2 parts)



Boisson comprise



Café gourmand compris

Goûters d'anniversaire Organisez l'anniversaire de votre enfant à l'atelier. Entouré de ses copains, il concoctera le plus beau des goûters d'anniversaire et soufflera ses bougies autour d'une belle table décorée pour l'occasion. (A partir de 6 ans)

Nombre d'enfants : 8 minimum - 14 maximum

Durée de l'atelier : 2h (cours et dégustation sur place)

Tarifs : 40 € par enfant

Options : Magicien (*nous consulter*).

Cadeaux

Nous vous proposons des cartes cadeaux avec plusieurs choix de formules (open, cours déjeuner, cours prestige...)

C'est une idée de cadeau à offrir ou à s'offrir, pensez-y !

Nous nous réservons le droit d'annuler un cours dont le nombre de participants ne serait pas suffisant.

Conditions de participation

Nous vous remercions de vérifier les disponibilités par téléphone ou mail avant d'effectuer vos réservations et de les confirmer par l'envoi de votre règlement à l'ordre d'Initiation Gourmande.

Tout cours non pris ou non annulé dans un délai de 3 jours ouvrables avant la date du cours sera dû.

Nous nous réservons le droit d'annuler un cours dont le nombre de participants ne serait pas suffisant.

Contact

Initiation Gourmande

17 rue de Sablonville

92 200 Neuilly sur Seine

01 46 24 52 93 - 06 86 70 84 97

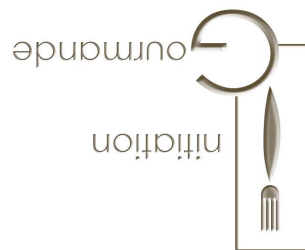
contact@initiationgourmande.com

www.initiationgourmande.com

www.initiationgourmande.com

06 86 70 84 97

01 46 24 52 93



Cours de cuisine
Chef à domicile
Soirées dégustation
Organisation d'évènements

Programme des cours
Octobre 2017