

# L'Association aux Cours Des Saisons propose des cours de cuisine

à la salle des fêtes de la combe de Sillingy, Nonglard et Chilly

Vous réaliserez un menu pour 4 personnes avec des produits locaux (ex : les jardins de Quincy sont fournisseurs des légumes) en respectant les saisons et la loi anti-gaspillage et tout en étant accompagné d'un professionnel de plus de 30 ans d'expérience, souhaitant partager un moment de convivialité autour de sa passion. Le matériel et les denrées seront fournis.

Les horaires sont :

LA COMBE DE SILLINGY le mercredi après-midi de 14h à 17h

NONGLARD le lundi soir de 18h à 21h

CHILLY le vendredi matin de 8h30 à 11h30

Il vous sera demandé un forfait de 50 € par séance. Prévoir un tablier et un torchon ainsi que des récipients pour emmener vos préparations, les fiches recettes vous sont fournies.

Ex de réalisation : Canard à l'orange, brioche au sucre, sauté de porc aux deux moutardes, merlu à la Normande ...

N'hésitez pas à vous renseigner, cela n'engage à rien. [asso.acds74@orange.fr](mailto:asso.acds74@orange.fr) 07 72 33 27 51



 <b>SEMAINE 1</b>	 <b>SEMAINE 2</b>	 <b>SEMAINE 3</b>
<b>CUISSES DE CANARD À L'ORANGE BIO DE SICILE</b> <b>ÉPINARDS SAUTÉS</b> <b>CONFITURE D'ABRICOTS</b>	<b>SAUTÉ DE PORC AUX DEUX MOUTARDES</b> <b>CHOUX FRISÉS BRAISÉS</b> <b>BRIOCHE DES ROIS</b>	<b>PAVÉ DE MERLU A LA NORMANDE</b> <b>RIZ PILAFF</b> <b>TARTE CHOCOLAT ORANGE</b>
 <b>SEMAINE 4</b>	 <b>SEMAINE 5</b>	 <b>SEMAINE 6</b>
<b>SAUTÉ DE VEAU MARENGO</b> <b>POMMES FONDANTES</b> <b>CHOUX CHANTILLY</b>	<b>CHOIX DES PARTICIPANTS</b> <b>TARTE AU CITRON</b>	<b>PÂTE FEUILLETÉE</b> <b>TOURTE POMME DE TERRE REBLOCHON</b> <b>SALADE D'ORANGES</b>