

Stage « Cuisine Végétarienne »

Pourquoi et comment manger végétarien, bio ou diminuer la quantité de viandes dans ses repas ?

C'est bien sûr pour préserver l'environnement et sa santé par la même occasion.

Cela doit se faire aussi pour le plaisir. c'est pourquoi, nous vous proposons de tester quelques recettes savoureuses pour les fêtes de fin d'année.

Vous pourrez lors de ce stage, animé par Julian Parejo, cuisinier professionnel, comprendre les principes de la cuisine végétarienne, apprendre des techniques de base en cuisine. A partir de produits biologiques, vous élaborerez et confectionnerez un repas équilibré et festif que l'on dégustera ensemble et vous repartirez avec de nouvelles idées



Durée : 03 h30 , 9 h – 12 h 30 , repas : 12 h 30 – 14 h

Prix : 35€

Nombres de stagiaires : entre 7 et 10

Où : Centre Forêt Bocage, La Chapelle Neuve (22160)

Date : le 14 décembre 2019




Ti ar C'hoadoù
Centre Forêt Bocage
Ar Chapel-Nevez La Chapelle-Neuve



FONJEP

Côtes d'Armor
le Département 

Bulletin d'inscription :

Je souhaite m'inscrire au stage : « Cuisine Végétarienne »

Le 14 décembre 2019, de 9h à 14 h.

02 96 21 60 20 /
centre-foret-bocage@orange.fr
www.centre-foretbocage.com

Nom : _____

Prénom : _____

Adresse : _____

Tél. : _____ Mail : _____

Coût du stage : 35€

Pensez à vérifier s'il **reste de la place** pour renvoyer votre bulletin d'inscription.

Pour valider votre inscription, **envoyer le bulletin rempli, accompagné d'un chèque d'acompte de 10€** à :

Centre Forêt Bocage – Ti ar C'hoadoù, 5 hent an dachenn sport, 22160 La Chapelle Neuve.

Le solde est payable au démarrage du stage.