



En partenariat avec l'atelier Gourmand –ZAC SUD des Hunaudières –  
68 chemin des Landes du Camp à Ruaudin

**L'APSD vous propose des cours de cuisine**

**Tarif : 37 € le cours (au lieu de 47 €)**

**(Durée : 1h30)**

L'atelier Gourmand propose des cours de cuisine ludiques, dans une ambiance chaleureuse

permettant de réaliser des recettes simples, innovantes et faciles à reproduire chez soi.

Nul besoin d'être un grand chef, bien au contraire, les cours de L'atelier Gourmand s'adressent à tous, amateurs ou passionnés, petits et grands, gourmands comme gourmets

Les cours durent en moyenne deux heures, un laps de temps qui permet aux apprentis cuisiniers de préparer, en individuel, en binôme ou en équipe, des recettes .Il peut s'agir d'un menu complet (entrée – plat – dessert)



**Le Japon**

**Jeudi 9 Janvier 2025 de 13h30 à 15h**

Les makis- California rolls-...

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



### **Les macarons pour les débutants**

*Cours en binôme parent/enfant de 5 ans jusqu'à 12 ans - Date d'anniversaire (1 seule inscription par binôme)*

Macarons à la framboise

**Mercredi 22 Janvier 2025 de 9h à 10h30**

Prévoir : 3 boîtes hermétiques +2 torchons



### **Goûter au chocolat**

**Samedi 25 Janvier 2025 de 14h à 15h30**

*Cours en binôme parent/enfant de 5 ans jusqu'à 12 ans - Date d'anniversaire (1 seule inscription par binôme)*

Eclairs au chocolat (ou vanille ou pistache ou café)

Chouquettes aux grains de sucre

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



### **Crêpes en folie**

*Cours en binôme parent/enfant de 5 ans jusqu'à 12 ans - Date d'anniversaire (1 seule inscription par binôme)*

**Lundi 17 Février 2025 de 13h30 à 15h**

Les crêpes

Crêpes indiennes à la noix de coco

Prévoir : 1 assiette + 2 torchons+ 3 boites hermétiques

Richard se fera un plaisir de vous accueillir pour ces cours

Le cours permet également de découvrir les secrets des aliments, leurs caractéristiques, leurs qualités, la façon de les choisir et les diverses manières de les préparer, de les accommoder, de les présenter.

A l'issu du cours de cuisine, chacun emporte ses préparations chez soi pour les déguster plus tard, avec ses proches les mets cuisinés, dans une ambiance chaleureuse, un esprit « comme à la maison»



## Réservation DES MAINTENANT

A adresser au bureau de l'APSD La Croix de Pierre –

7, rue des Maillets 72072 LE MANS Cedex 9

Tél. : 02.43.54.71 .00

Accompagné du règlement

NOM :

PRÉNOM :

N° de portable :

**Nom du cours et date retenue** : .....

**Nom des participants** : .....

.....

**Nom du cours et date retenue** : .....

**Nom des participants** : .....

.....

Nombre : .....X 37.00€ = .....

MERCI de nous adresser un chèque par cours,

Un mail de réservation sera adressé à l'Atelier Gourmand –il vous suffira de vous présenter le jour du cours à l'atelier Gourmand –ZAC SUD des Hunaudières – 68 chemin des Landes du Camp à Ruaudin