



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 : 42 € le cours (au lieu de 49 €)

(Durée : 2h)

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)



Tea Time

Cours en binôme parent/enfant de 5 ans jusqu'à 12 ans - Date d'anniversaire

(1 seule inscription par binôme)

Samedi 10 janvier 2026 de 8h à 10h

Financier, ganache chocolat et amandes caramélisées

Sablé breton à la pistache

Milkshake

Prévoir : 3 boîtes hermétiques + 2 torchons



Tablier de rentrée

Samedi 10 Janvier 2026 de 11h à 13h

Courgette rôtie, crème de mozzarella

Ciabatta, poulet mariné croustillant, concombre, sauce citron

Madeleines à la fleur d'oranger

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



Douceurs italiennes

Samedi 17 Janvier 2026 de 14h à 16h

Tiramisu traditionnel au café

Biscuits à la cuillère maison

Panna cotta vanillée, sauce caramel

Amaretti

Prévoir : 3 boîtes hermétiques+ 2 verrines + 2 torchons



Gouter du mois

Cours en binôme parent/enfant de 5 ans jusqu'à 12 ans -

Date d'anniversaire

(1 seule inscription par binôme)

Samedi 17 janvier 2026 de 11h à 13h

Sablés fondants au citron

Grillé aux pommes

Riz au lait ultra crémeux

Prévoir : 3 boîtes hermétiques + 2 torchons



Ce soir à Beyrouth

Samedi 24 Janvier 2026 de 10h à 12h

Keftas à la coriandre

Chich taouk (poulet mariné) aux épices,
pita et houmous

Triangles croustillants amande, miel et
fleur d'oranger

Prévoir : 3 boîte(s) hermétique(s) +1 plat à gratin
+ 2 torchons



Entremet poire chocolat

Mardi 27 Février 2026 de 19h à 21h

Entremet poire et chocolat

Prévoir : 1 cercle diam 16 + 2 torchons + 1
plateau



L'Inde

Naans selon vos envies : au fromage, à
l'ail, au cumin...

Curry de poulet-coco et son riz saveur
cardamome

Thé indien

Jeudi 29 Janvier 2026 de 19h à 21h

Prévoir : 5 boîtes hermétiques + 2 torchons

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'issue 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 42.00€ =

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