

# chefsquare

Proposition d'ateliers de cuisine  
55, Rue Garibaldi 69006 LYON



## Atelier de cuisine Little chef (en duo parent-enfant) – Cuisine Italienne

**Le samedi 13 mai de 11h à 13h**

Tarif 45 € avant application de 40% de subvention

Atelier limité à 10 personnes

(5 duos parent-enfant)

**Dead-line de réservation : 27/04 à 12h**

Lors de cet atelier partagez un moment avec vos enfants de 6 à 12 ans. Des recettes sympas et simples à refaire à la maison : venez apprendre tout en vous amusant !

### Au programme :

-Linguine maison (réalisation des pâtes et découpe) et polpettes de viande

- Tiramisu à la pâte à tartiner

*Allergènes : blé (gluten), œuf, huile végétale (olive), lait, fruits à coque (noisettes), soja.*

À l'issue du cours, vous pourrez partager un moment de dégustation avec vos enfants, le.a Chef.fe et les autres participant.e.s, le reste des préparations sera à emporter à la maison.



## Atelier de cuisine 3 VIANDES / 3 SAUCES / 3 ACCOMPAGNEMENTS

**Le lundi 22 mai de 19h à 22h**

Tarif 82,50 € avant application du TD de subvention

Places limitées à 12 personnes

**Dead-line de réservation : 27/04 à 12h**

Dans cet atelier apprenez à travailler et cuire la viande de 3 façons. Plusieurs pièces de viande et volaille seront abordées avec les meilleures sauces qui les accompagnent afin de vous enseigner leurs critères de choix, leurs préparations et la bonne cuisson de la viande.

Au programme :

- Pièce de bœuf sauce béarnaise, écrasé de pommes de terre
- Ballottine de volaille aux légumes, mousseline de carotte, sauce maltaise
- Navarin d'automne aux pommes

*Allergènes : lait, œuf, arachides*

*À l'issue du cours, vous pourrez partager un moment de dégustation avec vos enfants, le.a Chef.fe et les autres participant.e.s, le reste des préparations sera à emporter à la maison.*



## Atelier de cuisine ZERO DECHET

**Le samedi 10 juin de 11h30 à 13h30**

Tarif 60 € avant application du TD de subvention

Places limitées à 12 personnes

**Dead-line de réservation : 27/04 à 12h**

Dans cet atelier appréhendez les bases et les méthodes de la cuisine anti gaspillage et les clés pour diminuer ses déchets alimentaires à la maison.

Au programme :

- Légumes verts rôtis, émulsion aux croûtes de parmesan
- Risotto aux légumes de Printemps cuit au bouillon antigaspi
- Cheese-cake, coulis de fruits rouges

*Allergènes : huile végétale (olive), fruits à coque (amandes), lait, sulfites, blé (gluten).*

*À l'issue du cours, vous pourrez partager un moment de dégustation avec vos enfants, le.a Chef.fe et les autres participant.e.s, le reste des préparations sera à emporter à la maison.*