

la cuisine s'envole

Atelier de cuisine iranienne

(entrée, plat, dessert)

Une occasion de découvrir l'histoire de la cuisine iranienne et ses liens avec le commerce et la culture perse .

Découvrir des épices et des propriétés des plantes des régions semi-désertiques. Les valeurs de la cuisine végétarienne traditionnelle dans différentes cultures, du Pakistan à l'Égypte. Découvrir de nouvelles saveurs.

Les participants à un atelier d'une demi-journée peuvent participer à la préparation d'entrées, de plats principaux et de desserts. Ils dégustent ensuite leurs produits. À la fin, ils expriment leurs opinions sur les différences et les similitudes de la cuisine du Moyen-Orient.

L'objectif de la Cuisine 'Envole est de créer un pont entre différentes cultures tout en respectant les ressources de la planète. Les plats sont préparés selon le goût français, avec un budget raisonnable et une faible empreinte carbone, notamment avec des légumes frais locaux.



Liste de courses :

En fonction du budget proposé et du goût du participants et les produits de la saison.

Programme de l'atelier :

Préparation, épluchage, cuisson, présentation de l'assiette, dégustation, échange et nettoyage.

A propos :

La Cuisine 'Envole Fondée par Titouan Leprette d'origine Iranienne, sa cuisine s'inspire de ses dix années d'expériences culinaires à travers ses nombreux voyages. Titouan adapte ses plats végétariens toujours dans le respect de produits de qualité



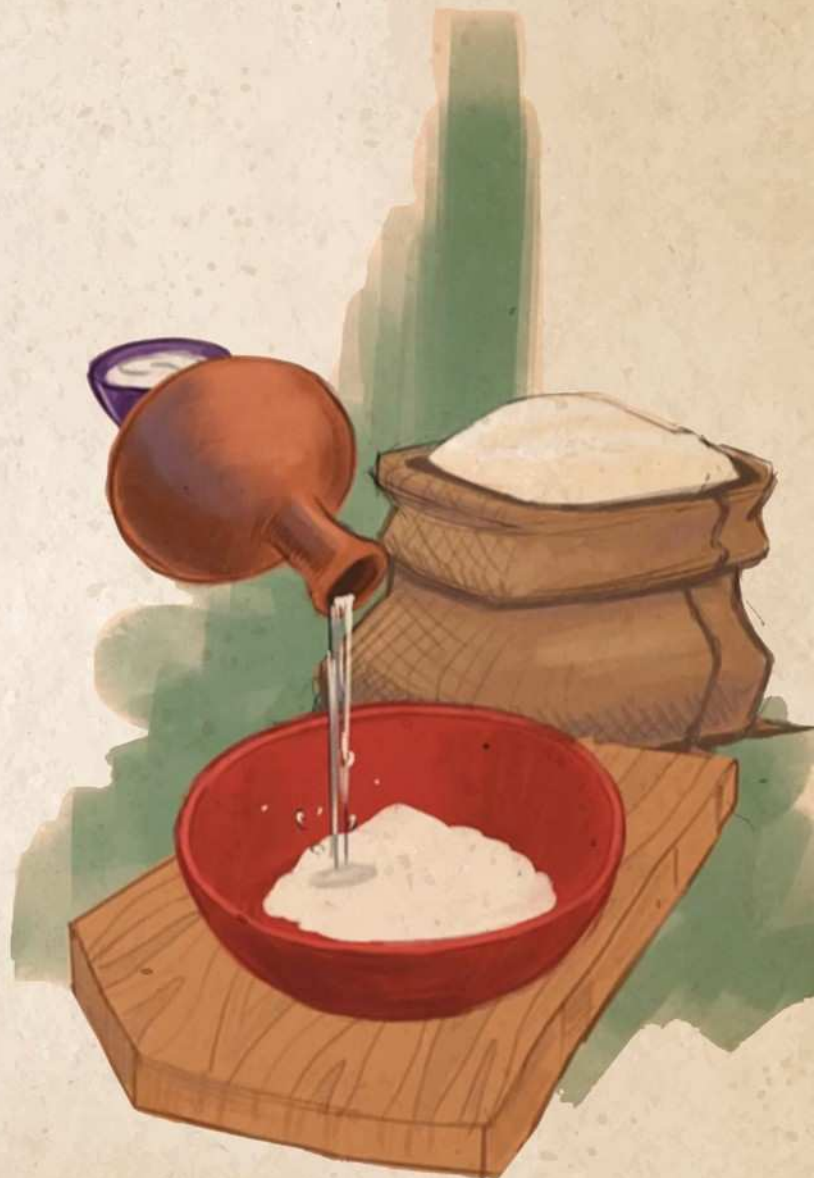


Première étape :

Tout le monde se présente dans une ambiance. Une brève explication de chaque préparation sera donnée.

Deuxième étape :

Les participants sont répartis en trois groupes. Chaque groupe travaille sur un plat (entrée, plat principal, dessert).





Troisième étape :

Parallèlement, l'histoire des aliments et les raisons de leur utilisation seront expliquées. Chaque groupe réalise les étapes de cuisson en se basant sur les fiches recettes qu'il a reçu .



Quatrième étape :

À la fin, la cuisine est nettoyée et les plats sont servis autour de la table. Les membres du groupe partageront leurs impressions sur l'expérience culinaire.



La cuisine végétarienne est apparue dans les civilisations anciennes, bien avant l'invention de l'écriture et la domestication des animaux. De nombreux plats délicieux et originaux, issus de différentes civilisations, ont été élaborés et optimisés à partir de légumes et d'épices.

Le deuxième objectif de **« La Cuisine s'Envole »**, après la création de liens culturels, est d'essayer de protéger les ressources naturelles et de les préserver pour la prochaine génération contre le système industriel consumériste.

Titouan@leprette.fr
0767845284

