



Les cours de

# Cuisine

by



# Un lieu unique & chaleureux

Je suis Pauline, une diététicienne nutritionniste gourmande et passionnée !

Après un changement de carrière à 360 degrés, je me suis installée en janvier 2022, pour accompagner mes patients à atteindre leurs objectifs nutritionnels, avec écoute et bienveillance. J'ai su tirer profit de ma propre expérience mais également des connaissances acquises lors de mon cursus, pour rendre la nutrition accessible à tous et ainsi combattre les nombreuses idées reçues.



Quelques mois plus tard, le chalet était fin prêt à accueillir mes premiers cours !

Je me suis fixée comme missions de transmettre mon amour du fait maison, communiquer mes secrets qui feront la différence et désacraliser des recettes qui semblent si compliquées, tout ça dans une ambiance chaleureuse et conviviale.

Ils sont destinées aux débutants comme aux confirmés, adultes et enfants.

Un prix tout compris et accessible à tous !

Il est également possible de privatiser un cours à partir de 4 personnes, à la date, à l'heure et sur le thème de votre choix.

Une formule anniversaire est également disponible !

**46 Ter rue de Ste marie  
25260 Lougres  
06.73.91.65.12**

# MARS

Tarif  
unique  
40€

Jeudi 5 mars à 17h - Mardi 10 mars à 18h



## Adulte - L'art des épices

Ravioli au boeuf et poivre vert  
Flan pâtissier vanille tonka



Samedi 7 mars à 14h - Mercredi 11 mars à 14h



## Parent Enfant - Pâques

Chinois poulet curry  
Cupcakes de Pâques - Dessins sur biscuits



Jeudi 19 mars à 17h



## Adulte - Pâques

Pâté en croûte berrichon  
Pâtisseries individuelles chocolat framboise



Samedi 21 mars à 14h



## Adulte - Mignardises

Macarons tiramisu - Tartelettes crème brûlée  
Tartelettes caramel chocolat - Mini Mc flurry fraise



Mardi 24 mars à 18h - Mercredi 25 mars à 17h



## Adulte - Apéritif dinatoire de Pâques

Crackers de polenta - Briochettes comté lardons  
Nids de cailles - Blinis au tarama de saumon fumé



= Difficulté

Plus d'infos & réservation en flashant ce QR code



# AVRIL

Tarif  
unique  
40€

Jeudi 2 avril à 17h - Mercredi 8 avril à 18h



## Adulte - Recettes diététiques

Nems au porc - Pains muffins anglais

Carrés d'avoine à la fraise - Gâteau au chocolat



Jeudi 9 avril à 18h - Mercredi 22 avril à 17h



## Adulte - Fait maison

Jambon de poulet aux herbes - Bouillon cubes

Pain complet sans pétrissage - Fromage figue & noix



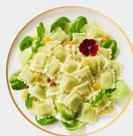
Mercredi 15 avril à 14h - Samedi 18 avril à 14h



## Parent Enfant

Ravioles du dauphiné

Pizza cookie



Jeudi 16 avril à 17h - Samedi 25 avril à 14h



## Adulte - Mignardises

Macarons tiramisu - Tartelettes crème brûlée

Tartelettes caramel chocolat - Mini Mc flurry fraise



★ ★ ☆ = Difficulté

Plus d'infos & réservation en flashant ce QR code

