



# Stage Cuisine Renaissance

## STAGIAIRES TOUS NIVEAUX

Ce stage est organisé dans le cadre des activités proposées par l'Association La Pousinade (qui prend en charge la moitié des frais de stage)

**Lieu** : Local des Obragos, ZI du Pranau à Coubon – un plan d'accès vous sera communiqué lors de la confirmation de votre inscription.

**Date** : le dimanche 11 juin 2023 de 14 h à 18h30 puis dégustation de nos préparations sur place

**Intervenantes** : Valérie Berthéas & Martine Créhange

**Jauge** : 12 personnes réparties en 2 groupes de 6 afin de découvrir davantage de recettes.

### Contenu du stage :

Découverte des différents modes de cuisson (chaudron, poêle, bain-marie) autour de l'élaboration de deux menus complets. Un feu de bois sera installé comme sur nos campements.

Une réunion préparatoire aura lieu le mardi 23 mai 2023 à 19 h 30, salle de réunion au premier étage de Jules ferry. Nous vous présenterons nos idées de menus mais toutes vos propositions seront les bienvenues. Nous finaliserons la liste des recettes retenues, la liste et quantités des ingrédients nécessaires à leurs préparations et nous répartirons les tâches (courses, installation préalable à Coubon...).

Les Propositions :

- Galette à la farine de pois chiches et aux olives noires
- Pipe farces & rissoles (salées ou sucrées)
- Œufs farcis au fromage
- Escheroy : terrine de poisson et légumes
- Poisson poché et 2 sauces : aigre-douce et escabèche
- Rissolée de légumes et ses accompagnements (plat complet pour végétariens)
- Fenouil braisé au vin blanc
- Zabaglione (dessert aux œufs)

**Coût** : 20 €/journée, repas, boissons et livret de recettes inclus + 5 € adhésion annuelle à La Pousinade (assurance incluse).

Bulletin d'inscription en PJ à retourner uniquement par courrier & accompagné de votre règlement. Priorité sera donnée aux personnes n'ayant pas encore bénéficié de stage Pousinade et dans l'ordre de réception des inscriptions. Le stage pourrait être annulé si le nombre de stagiaires était jugé insuffisant.

Valérie & Martine