

Dates et menus des prochains cours de cuisine et nutrition chez Cuisine Originelle  
Apéritif vin nature et jus de fruits offerts

**Vendredi 18 Décembre de 18 h à 21 h 30** ( sans gluten et lactose )      prix: 85 €  
Velouté de côtes de blettes au lait d'avoine et à l'amande  
Lotte en robe de jambon cru et purée de potimarron à l'orange  
Papillote poire et chocolat à la farine de châtaigne

**Samedi 16 Janvier de 18 h à 21 h 30** ( sans gluten )      prix: 85 €  
Rillette de maquereau à la moutarde  
Tarte au potimarron, olives et brebis frais  
Bananes flambées aux clémentines, coco et chocolat

**Samedi 23 Janvier de 10 h à 13 h 30** ( sans gluten et lactose )      prix: 75 €  
Panaché d'algues fraîches et gomasio maison  
Crumble de légumes aux flocons de sarrasin et tofu, crème d'avocat  
Entremet aux pommes, baies de goji et amandes en fine gelée d'agar agar

**Samedi 6 Février de 18 h à 21 h 30** ( sans lactose )      prix: 85 €  
Rillette de poulet aux champignons  
Bolognaise aux carottes, poireaux, tomate et tofu  
Poires confites aux figues et noix, crème vanille

**Samedi 13 Février de 10 h à 13 h 30**      prix: 85 €  
Rouleau de jambon cru aux carottes, brebis frais et olives noires  
Veggie burger aux lentilles, betteraves et tomates séchées, buns maison  
Papillote ananas/banane au gingembre et crème coco

**Samedi 12 Mars de 10 h à 13 h 30** ( sans gluten )      prix: 85 €  
Velouté de chou fleur et céleri aux flocons et à l'amande  
Palets de dinde croustillants aux graines de tournesol, feuilles vertes  
Moelleux chocolat chicorée au miel et sarrasin

**Samedi 19 Mars de 18 h à 21 h 30** ( sans gluten )      prix: 75 €  
Salade de lentilles germées aux légumes printaniers  
Gâteaux de quinoa rouge aux épinards et chèvre frais, jus vert  
Petits choux et crème de tofu aux dattes, cajou et mangue

**Samedi 9 Avril de 10 h à 13 h 30** ( sans gluten et lactose )      prix: 85 €  
Soupe miso aux blettes, laitue de mer et graines de chanvre  
Filets de harengs aux légumes lacto fermentés et pommes de terre  
Gâteau roulé au thé vert matcha, citron et chocolat

**Samedi 30 Avril de 18 h à 21 h 30** ( sans gluten )      prix: 85 €  
Blinis de sarrasin aux tomates séchées, crème de tofu aux herbes  
Papillote express courgette/millet à l'oeuf et jambon cru, sauce comté  
Aumônière chocolat amande aux fraises