

# MARS 2024

## ADULTE

### ADULTE : ATELIER PÂTISSERIE : LE PARIS-BREST

Paris-Brest

**VENDREDI 01 MARS 18:30 A 20:30**

Prévoir : 2 boîte(s) hermétique(s) + 1 Boîte à gâteau

### ADULTE : LA GRÈCE : VOYAGE AVEC LE CHEF VASILEIOS

MOUSSAKA : La Vraie comme en Crète (pommes de terre et aubergines poêlées, sauce bolognaise, sauce Mornay); Halva Grec; Pita Grec

**SAMEDI 02 MARS 10:00 A 12:00**

Prévoir : 2 boîte(s) hermétique(s) de 1L+ 1 plat à gratin moyen

### ADULTE : PAPILLES

Gnocchi à la courge, beurre noisette à la sauge; Poisson rôti aux épices, purée de carottes au curry et pistache; Financier noisettes et praliné

**MARDI 05 MARS 18:30 A 20:30**

Prévoir : 1 petit plat à gratin + 4 boîte(s) hermétique(s)

### ADULTE : PANIER DE SAISON

Crème de légumes oubliés, chips de chorizo; Poisson farci à la mousse de saumon, beurre blanc à la vanille; Suprêmes d'agrumes à la crème d'amandes

**JEUDI 07 MARS 18:30 A 20:30**

Prévoir : 1 boîte(s) hermétique(s) de 1L+ 1 boîte(s) hermétique(s) de 0,5L+ 1 pot en verre avec couvercle + 2 verre(s) transparent(s)

### ADULTE : CITRON, CITRON ET CITRON

Tartinade Cajou-Citron; Risotto aux crevettes, lait de coco et citron vert; Cheesecake citron, citron vert et son coulis aux deux citrons et verveine

**MARDI 12 MARS 18:30 A 20:30**

Prévoir : 1 pot en verre avec couvercle + 1 boîte(s) hermétique(s) + 2 ramequin(s)

### ADULTE : MENU DE PÂQUES 2024

Crème brûlée aux asperges et copeaux de parmesan; Kleftiko (plat crétois : agneau et légumes fondants et feta); Nid de Pâques pavlova (meringue et chocolat)

**JEUDI 14 MARS 18:30 A 20:30**

**MARDI 26 MARS 18:30 A 20:30**

**SAMEDI 30 MARS 15:00 A 17:00**

Prévoir : 2 ramequin(s) + 1 plat à gratin petit + 1 boîte(s) hermétique(s) de 1L

### ADULTE : EN ATTENDANT LE PRINTEMPS...

Tatin de poireaux au caramel de vinaigre; Wok de légumes sautés au soja et quinoa, réduction au soja et agrumes montée au beurre; Croustillant façon cheesecake, confit de fruits

**VENDREDI 15 MARS 18:30 A 20:30**

Prévoir : 2 boîte(s) hermétique(s)

### ADULTE : LA GRÈCE AU PRINTEMPS

SPANAKOPITA : Filo croustillante garnie de farce épinard, féta et aromates; Crevettes façon « SAGANAKI » : poêlée aux crevettes à la sauce tomate et feta; SFAKIANI PITA : Galettes à la ricotta, servies avec du miel

**MARDI 19 MARS 18:30 A 20:30**

### ADULTE : LE RETOUR DU PRINTEMPS

Crème d'asperges à la mozzarella, pesto aux herbes; Dos de poisson au lait de coco et pamplemousse rose; Crème légère à la Vanille de Madagascar, fraises et feuilletage caramélisé

**VENDREDI 22 MARS 18:30 A 20:30**

Prévoir : 2 verre(s) transparent(s) + 2 boîte(s) hermétique(s) + 2 verrine(s)

## **ADULTE : ATELIER PÂTISSERIE : ENTREMET POMMES ET CARAMEL**

Entremet Pommes - Caramel; Pâte à sablé breton;  
Pommes poêlées; Caramel au beurre salé (Salidou);  
Mousse au caramel

| JEUDI 28 MARS 18:30 A 20:30

## **ADULTE : LES VIENNOISERIES (Venez préparer vos croissants pour samedi matin)**

Les viennoiseries; Croissant, pain au chocolat,..

| VENDREDI 29 MARS 18:30 A 20:30

Prévoir : 3 boîte(s) hermétique(s) de 1L

## **CONVIVIALITE**

### **CONVIVIALITÉ : COURS DE CUISINE ET DÉGUSTATION : ESCAPE LIBANAISE**

Houmous et pain pita; Chich taouk (poulet mariné)  
aux épices et sauce à l'ail; Triangles croustillants  
noix, miel et fleur d'oranger

| VENDREDI 08 MARS 18:30 A 20:30

### **CONVIVIALITÉ : COURS DE CUISINE ET DÉGUSTATION : WOK'N ROLL**

Wok de crevettes à la citronnelle (entrée); Wok  
d'émincé de poulet aux noix de cajou; Wok de  
bananes, fruits secs et muscat, crème fouettée  
vanille

| SAMEDI 09 MARS 10:00 A 13:00

### **CONVIVIALITÉ : COURS DE CUISINE ET DÉGUSTATION : LA CUISINE CREOLE**

Féroce d'avocat; Colombo de porc; Mousse à la noix  
de coco

| SAMEDI 23 MARS 10:00 A 13:00

## **PARENT/ENFANT**

### **ADULTE / ENFANT (6-12 ans) : JOYEUSES PAQUES !!!**

Oeuf marbré, crème relevée (un peu) au wasabi; Nid  
de pomme de terre à l'oeuf et saumon fumé; Iles de  
Pâques.. flottantes au chocolat

| SAMEDI 23 MARS 14:30 A 16:30

## **ESCAPE COOK**

### **ESCAPE COOK : MENU D'HIVER**

Saurez-vous résoudre les énigmes pour préparer  
votre repas ?; Croustillant aux pommes et magret  
fumé; Gambas flambées, crème gingembre paprika  
et risotto crémeux; Chocolat liégeois en verrine;  
Biscuits aux épices

| MARDI 02 AVRIL 18:30 A 20:30

Prévoir : 3 boîte(s) hermétique(s) de 1L+ 2 verre(s)  
transparent(s) de 20cl

### **ESCAPE COOK : ESCALE GOURMANDE**

Saurez-vous résoudre les énigmes pour préparer  
votre repas ?; Croustillants au poulet, fromage frais  
et abricot secs; Nouilles sautées aux crevettes  
pimentées; Coupe pina colada : Ananas flambées au  
rhum, chantilly coco et citron vert

| SAMEDI 13 AVRIL 14:30 A 16:30

Prévoir : 2 boîte(s) hermétique(s) de 1L+ 2 verre(s)  
transparent(s)

### **ESCAPE COOK : LE BRUNCH**

Saurez-vous résoudre les énigmes pour préparer  
votre brunch ?; Brioche au chorizo; Pancakes  
moelleux et caramel au beurre salé; Oeuf cocotte à la  
fondue de poireaux, parmesan et bacon grillé;  
Smoothie aux fruits rouges

| MERCREDI 08 MAI 10:00 A 12:00

Prévoir : 1 boîte(s) hermétique(s) de 0,5L+ 1 boîte(s)  
hermétique(s) + 2 pot en verre avec couvercle + 1  
ramequin(s) de 20 cl

### **ESCAPE COOK : MENU D'ETE**

Saurez-vous résoudre les énigmes pour préparer  
votre repas ?; Nems de mozzarella, tomates confites  
et basilic; Faisselle au basilic; Curry terre et mer  
(gambas, chorizo, épices, cives...); Crémeux chocolat  
et framboises

| VENDREDI 17 MAI 18:30 A 20:30

Prévoir : 2 boîte(s) hermétique(s) de 1L+ 1 boîte(s)  
hermétique(s) de 0,5L+ 2 verre(s) transparent(s)

