

ATELIER CUISINE



APETRA, c'est la convivialité, le partage.... Aussi nous vous avons proposé, en 2020, un atelier cuisine ?



A jour nous avons organisé 3 cours, la suite interrompue par la COVID.

Un groupe de 8 à 10 personnes se réunit 1 fois par mois sous la houlette d'un Chef cuisinier(e) qui vous fait découvrir ses petites astuces et tours de mains pour vous permettre de cuisiner des plats au quotidien comme des plats élaborés.

Vous n'avez rien à prévoir : ingrédients, ustensiles

seront à votre disposition.

Enfilez un tablier de cuisine et partageons un moment de plaisir en dégustant ensemble ce que nous avons concocté.

Messieurs, votre participation est souhaitée surtout pour la corvée d'épluchage ☺

Le 1^{er} cours de cette nouvelle saison à lieu le

MARDI 19 OCTOBRE 14h00 à 15H30

« ATELIER PETITS PLATS »

58, rue Maréchal Foch – BIZANOS

(parking et arrêt de bus)

Prix du cours 25 €

THEME DU JOUR : LES MAKIS



Le makizushi, parfois appelé makimono, souvent simplement appelé maki en Europe, est une spécialité culinaire japonaise se présentant sous la forme d'un rouleau d'algue nori séchée entourant du riz blanc mélangé à du vinaigre de riz sucré, et farci par divers aliments, en particulier du poisson cru ou des plantes

Prévoir une boîte pour ramener la préparation à son domicile, ainsi que le masque et votre tablier de cuisine – PASS SANITAIRE OBLIGATOIRE

✗

(cours de cuisine) Bulletin d'inscription à renvoyer par la poste avant **15 OCTOBRE**

Aucun désistement ne sera remboursé après cette date

Nom (Mr, Mme) ----- Prénom -----

Tél ----- e-mail -----

ci-joint **25** € x ----- personnes = ----- € par chèque à l'ordre de : APETRA

A adresser à : APETRA - BP 80564 - 64010 PAU Cedex

- Pour le courrier l'adresse est : APETRA Total CSTJF Avenue Larribau 64018 Pau cedex

Contact tous les mercredis matin de 10h à 11 h Salle Ossau au Stade Blanchard Tél. 06 48 89 95 74

- Pour un changement d'adresse Internet, envoyer à : apetra64@gmail.com site : www.apetra.org