



ATELIERS DE CUISINE SAINE

Les cours de cuisine proposés en entreprise sont un excellent moyen de construire une atmosphère détendue et créative au sein d'une équipe.

Certains thèmes sont particulièrement intéressants à aborder dans le cadre d'une journée de travail : préparer soi-même un repas équilibré à emporter au bureau, concocter des petits déjeuners nutritifs et rapides, ou des en-cas sains pour les journées longues, prévenir les baisses d'énergie, découvrir les ingrédients qui soutiennent l'activité cérébrale et/ou physique... sans oublier les plaisirs comme les desserts, le chocolat ou la préparation de finger-food et apéritifs !

En lien avec notre environnement, la saison et des valeurs porteuses de sens, nous apprenons à cuisiner différemment, à renouveler ou enrichir son placard d'ingrédients, à choisir au mieux ses produits et à adopter des modes de cuissons et de préparations plus sains.



DURÉE

3H

*2H d'atelier
1H d'échange*



TARIF

A PARTIR DE

60€/PERSONNE

(BASE 10 PERSONNES)



TOUTE L'ANNÉE

CE TARIF COMPREND : *le support écrit, les ingrédients, l'atelier.*