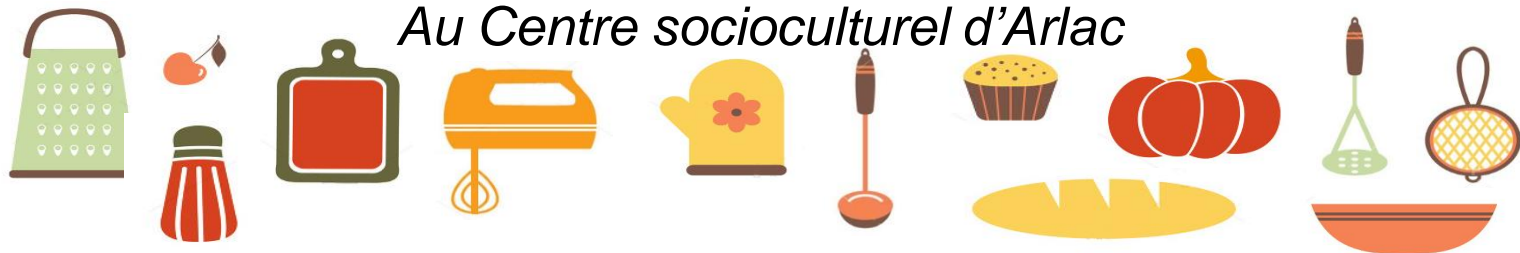


Atelier Cuisine

Au Centre socioculturel d'Arlac



Samedi 28 Avril

De 10h00 à 13h30



MENU ORIENTAL

Roulées de Rikakat



Tagine d'agneau, Navets et Pruneaux



Zalabia égyptienne

Mardi 22 Mai

De 10h00 à 13h30



MENU AFRICAIN

Salade d'épinard et banane Plantain



Poulet Mafé à la sauce arachide et au riz



Beignets croustillants

Mardi 5 Juin

De 10h00 à 13h30



MENU CHINOIS

Salade Chinoise au Soja



Poulet sauté au noix de cajou



Biscuits chinois aux amandes

Samedi 16 Juin

De 10h00 à 13h30



MENU MÉDITERRANÉEN

Tartine de légumes méditerranéenne



Saumon Rôti aux fines herbes, citron et sa
salade méditerranéenne



Gâteau Express aux pommes

Mardi 3 Juillet

De 10h00 à 13h30



MENU MELI-MELO

Avocat garni de salade thon



Roti de poulet et ses patates



Carpaccio de Melon à la Menthe

Tarif par atelier

QF 0 – 550 : 3 €

QF 551 – 1050 : 5 €

QF + de 1051 : 6 €

Non adhérent : 8 €