

COURS DE CUISINE

POUR TOUS

SOYEZ « ÉLÈVE » POUR UNE MATINÉE DANS LA CUISINE
D'APPLICATION DU LYCÉE SAINT JEAN!



Choisissez le ou les cours qui vous conviennent, téléphonez au **05 55 31 79 29** pour réserver une place (ou plusieurs...), validez votre inscription en nous transmettant un chèque de règlement correspondant (qui ne sera encaissé qu'à l'issue du cours, sachant que nous vous le remettons si vous nous avez prévenu en amont de votre incapacité à venir ce jour-là). Le jour J, rendez-vous dans les cuisines d'application du lycée hôtelier, avec un tablier, un stylo et des chaussures confortables pour cuisiner les recettes proposées, les déguster à l'issue ou bien les emporter à la maison le cas échéant. Nous nous occupons du reste !

COURS N°1 : CUISINER DES LÉGUMINEUSES

Samedi 8 novembre 2025 - 9 h 00 | Durée : 4 heures

Prix : 56 €

→ **Quinoa et lentilles vertes aux betteraves en croûte de sel**
→ **Dos de cabillaud à la dieppoise, risotto aux champignons**

Résumé technique :

- Préparer une croûte de sel
- Cuisson de légumineux
- Préparer un fumet de poisson
- Préparer une cuisson pochée à court-mouillement
- Préparer une sauce dieppoise
- Préparer un risotto

Plats à emporter pour 4 personnes !

COURS N°2 : TARTE GOURMANDE

Samedi 15 novembre 2025 - 9 h 00 | Durée : 4 heures

Prix : 56 €

→ **L'automne**

Résumé technique :

- Préparer un biscuit ardéchois
- Réaliser un insert crémeux poire
- Réaliser une crème bavaroise aux marrons
- Montage d'un entremets
- Réaliser Glaçage neutre

Chaque participant emporte un dessert pour 8 personnes !

COURS N°3 : CUISINE FESTIVE

Samedi 22 novembre 2025 - 9 h 00 | Durée : 4 heures

Prix : 60 €

→ **Rouelles de Saint-Jacques panées, velouté de volaille à la laitue**
→ **Épaule d'agneau confite aux agrumes en brick et côte rôtie, légumes de saison braisées**

Résumé technique :

- Paner à l'anglaise avec une panure de chou-fleur et amandes
- Confectionner un velouté de volaille
- Cuire une viande en 2 cuissons
- Cuisiner des légumes d'hiver

COURS N°4 : LE FOIE GRAS

Samedi 13 décembre 2025 - 9 h 00 | Durée : 4 heures

Prix : 82 €

→ **Foie gras au torchon**
→ **Brioche de foie gras chaud aux figues, sauce Porto**

Résumé technique :

- Dénerver, déveiner, mariner, cuire du foie gras mi-cuit.
- Cuire son foie gras mi-cuit
- Sauter des escalopes de foie gras frais
- Préparer une garniture, une sauce avec foie chaud

Chaque participant emporte un foie gras mi-cuit de 500g, une brioche pour 2 personnes !
8€ la portion en supplément, à préciser à la réservation.