



Cuisine : les poissons - cuisine légère

Description	Dans ce cours vous apprenez à choisir les produits frais de la pêche, d'excellente qualité nutritive, et réalisez des préparations simples, légères et raffinées avec une grande variété d'accompagnements.
Contenu	<ul style="list-style-type: none">• Denrées alimentaires• Modes de préparation (p. ex. bouillir)• Techniques de travail (p. ex. couper, lever les filets)• Recettes de base et variations• Plan de menu/propositions de menu• Achat et stockage
Prérequis	Pas de connaissances préalables nécessaires.
Objectifs	<ul style="list-style-type: none">• Vous apprenez à connaître les poissons typiques de mer et d'eau douce.• Vous mettez en pratique les différentes techniques et modes de préparation (p. ex. pocher et lever les filets).• Vous savez préparer des poissons entiers ou en morceaux.• Vous recevez de précieux conseils pour acheter et stocker les poissons frais et/ou congelés.
Méthodologie/Didactique	<ul style="list-style-type: none">• Enseignement pour adultes, axé sur l'expérience sollicitant la créativité.• Théorie et pratique
Attestation	Pas de diplôme ou de certificat
Date	sur demande / D_37404
Durée	Total 3.00 période(s)
Ecolage	CHF 72.00
Lieu du cours	Ecole-club Migros Val-de-Ruz (en cours de planification)

Ecole-club Migros Val-de-Ruz Tel. +41 58 568 83 50

Rue du Musée 3
2000 Neuchâtel

ecole-club.neuchatel@gmnefr.migros.ch
ecole-club.ch

école-club

MIGROS