



Cuisine : raw food - la découverte de la cuisine crue

Description	« Cuisine crue » signifie que les aliments ne sont pas chauffés au-delà de 42°. Cru veut obligatoirement dire sans produits animaliers, sans sucre raffiné et sans œufs. Généralement, sans gluten. Ce cours est une initiation au « Raw Food ».
Contenu	<ul style="list-style-type: none">• Petite partie théorique• Réalisation de plusieurs recettes• Dégustation• Nettoyage et rangement en commun
Prérequis	Aucun
Groupe cible	Adultes
Objectifs	<ul style="list-style-type: none">• Apprendre la préparation de cuisine crue « Raw Food »• Réaliser un menu avec entrée, plat et dessert
Attestation	Aucun
Date	sur demande / D_71979
Durée	Total 2.50 période(s)
Ecolage	CHF 55.00
Lieu du cours	Ecole-club Migros La Chaux-de-Fonds (en cours de planification)