



# Cuisine : découverte de la cuisine japonaise

<b>Description</b>	La cuisine japonaise recèle de trésors gustatifs et esthétiques. Elle promet un enrichissement culinaire grâce à une palette qui va des sauces aux soupes, aux plats de poisson, de viande, de légumes et de fruits de mer. Outre cuisiner, rôtir, étuver et frire, vous vous familiarisez avec l'histoire et la culture culinaire japonaise, ainsi qu'avec de nouveaux ingrédients propres à cette cuisine variée. Ce cours sera l'occasion d'élargir votre répertoire de nouvelles recettes. Vous cuisinez en petits groupes.
<b>Contenu</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Cuisine japonaise : aliments frits (tempura)</li><li>• Cuisine japonaise : les plats mijotés</li><li>• Cuisine japonaise : les plats poêlés, grillés</li><li>• Cuisine japonaise : les plats vapeur.</li></ul> <p>Avec la traditionnelle soupe miso, le riz blanc et les pâtes japonaises.</p>
<b>Prérequis</b>	Pas de connaissances préalables nécessaires.
<b>Groupe cible</b>	Vous désirez connaître l'immense variété d'une cuisine japonaise équilibrée et pauvre en calories.
<b>Objectifs</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Vous faites connaissance avec la culture culinaire japonaise et celle de la table</li><li>• Vous cuisinez avec des produits typiquement japonais</li><li>• Vous connaissez les techniques et les modes de préparation, savez utiliser les ustensiles de cuisine</li><li>• Vous savez où acheter les denrées alimentaires.</li></ul>
<b>Méthodologie/Didactique</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Enseignement pour adultes, axé sur l'expérience, sollicitant la créativité</li><li>• Théorie et pratique.</li></ul>
<b>Attestation</b>	Pas de diplôme ou de certificat
<b>Date</b>	29.04.2020 - 20.05.2020 / E_1370327
<b>Horaire</b>	18:00 - 22:00 h
<b>Jours</b>	Me
<b>Durée</b>	4 Jours de cours. Total 16.00 périodes à 50 minutes

**Ecole-club Migros Lausanne** Tel. +41 58 568 30 00

Rue de Genève 33  
1003 Lausanne

[ecoleclub@gmvd.migros.ch](mailto:ecoleclub@gmvd.migros.ch)  
[ecole-club.ch](http://ecole-club.ch)





# Cuisine : découverte de la cuisine japonaise

**Ecolage** CHF 416.00

**Lieu du cours** Rue de Genève 33, 1003 Lausanne

<b>Dates</b>	<b>Jour</b>	<b>Date</b>	<b>Heures</b>
	1 Me	29.04.2020	18:00 - 22:00
	2 Me	06.05.2020	18:00 - 22:00
	3 Me	13.05.2020	18:00 - 22:00
	4 Me	20.05.2020	18:00 - 22:00

**Ecole-club Migros Lausanne** Tel. +41 58 568 30 00

Rue de Genève 33  
1003 Lausanne

[ecoleclub@gmvd.migros.ch](mailto:ecoleclub@gmvd.migros.ch)  
[ecole-club.ch](http://ecole-club.ch)

école-club

MIGROS