



Atelier culinaire

RIOM

CLIC 51 Rue Lafayette 63200 RIOM

Cet atelier culinaire composé de 3 séances vous proposera la découverte de nouvelles recettes répondant aux principaux besoins nutritionnels.

À l'issue de la séance, les participants partageront un repas ensemble.

Séances animées par Anne-Line THEVENOUX

9h00-13h00

Jeudi 11 Juillet 2024	Chili sin carne ou comment apporter une association protéique légumes secs/céréales
Lundi 15 Juillet 2024	Pain de viande aux marrons : idéal pour cuisiner la viande quand on en a moins envie
Jeudi 25 Juillet 2024	Œufs cocotte : penser aux œufs pour le rapport qualité protéique/budget intéressant

PARTICIPATION GRATUITE

Inscription obligatoire pour l'ensemble des séances auprès du CLIC au 04 73 33 17 64.

Nombre de places limité - les personnes inscrites s'engagent à venir et à avertir le CLIC dans les meilleurs délais, en cas d'annulation exceptionnelle.

