

La Tablee des Chefs

RECRUTE DES COLLÉGIENS MOTIVÉS POUR SON PROGRAMME :



Les Brigades Culinaires sont un **programme d'éducation culinaire**. L'objectif du programme est **d'apprendre la cuisine à des collégiens**.

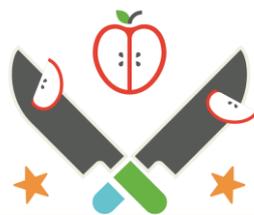
Cela te permet de te familiariser avec les techniques de base de cuisine, d'hygiène et de sécurité, l'équilibre nutritionnel et la saisonnalité des produits. Tu travailles en équipe.

COMMENT CA MARCHE ?

- **10 ateliers** les **mardis après-midis** dans ton collège, tu t'engages pour assister à tous les ateliers de l'année
- Le chef compose des **Brigades Culinaires de 4 à 5 jeunes**
- **Chaque atelier est dédié à une thématique** qui est d'abord présentée de façon théorique par le chef puis mise en pratique à travers la réalisation d'une recette



- **Tu repars avec ce que tu as fait à la maison pour le partager avec ta famille !**
- **A la fin de l'année, les équipes s'affrontent pour remporter le défi final !**



La Tablee des Chefs est une **association à but non lucratif** (loi 1901). Nous sommes **l'association des chefs engagés** dans la lutte contre l'insécurité alimentaire, l'éducation culinaire des générations futures et la sensibilisation des futurs professionnels du secteur culinaire.

PROGRAMME DES ATELIERS

ATELIER	THEME
1	Les fruits Bol aux fruits de saison
2	Les céréales Polenta & sauce tomate
3	Les légumes Crumble au potiron
4	Le chocolat Pâtes pochées au chocolat
5	Les légumineuses & les substituts de la viande Dhal de lentilles corail
6	Le défi solidaire Risotto
7	Le poisson & la pêche durable Rillettes de poisson
8	Le défi anti-gaspi Pain perdu et œufs pochés
9	L'équilibre alimentaire & la malbouffe Hamburger maison
10	Le défi final Pâtis surprise

www.tableedeschefs.fr



@latableedeschefsfrance



@tableedeschefsfr



@LaTableeChefsFr