

Cinq Ateliers Cuisine et Plaisir à Episode

NUTRImania en a proposé cinq à Episode



Cinq Ateliers Cuisine et Plaisir à Episode

NUTRImania a proposé cinq ateliers Cuisine et Plaisir pour les seniors à Plaisance, dans les locaux d'Episode.

Ces ateliers culinaires, entièrement pris en charge par la conférence des financeurs, ont la particularité d'être animés par des diététiciens.

Les participants, dans une ambiance conviviale, peuvent ainsi obtenir des réponses à toutes les questions autour de l'alimentation : la lecture d'étiquette, les emballages, la qualité alimentaire, les associations... tout en cuisinant et partageant le repas en fin d'atelier.

Le menu de cette dernière séance était :

- Cheese-cake à la truite fumée et radis croquants
- Pavé de merlu, lard croustillant et velours de Butternut
- Lassi de mangue