



Atelier de cuisine en direct sur fb

- Spécial Fête des pères -  
Samedi 20 juin à 17h

« Je prépare l'apéro pour Papa ! »

Deux recettes au programme :

Wrap de saumon fumé aux légumes croquants  
& Sablé au parmesan, confiture de tomates



Le matériel dont vous aurez besoin :



1 couteau



1 économe



1 spatule droite



1 fouet



1 planche à découper



1 casserole



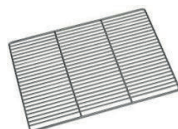
1 grand cul de poule



1 petit cul de poule



1 plaque de four  
+ papier cuisson



1 grille



1 découpoir rond (5cm)



1 plateau pour dresser

Votre liste des courses :

*Wrap de saumon fumé aux légumes croquants :*

- 4 galettes de wrap.
- 8 tranches de saumon fumé.
- 20g de roquette.
- ½ concombre.
- 1 carotte.
- 200g de fromage frais.
- ½ botte d'aneth frais.
- 1 cuillère à soupe d'huile de sésame.
- 1 cuillère à café de graines de sésame grillées.
- Sel et piment d'Espelette.

*Sablé au parmesan, confiture de tomates :*

- 180g de farine.
- 125g de beurre pommade.
- 80g de parmesan frais râpé.
- 4 feuilles de basilic.
- 250g de tomates rondes.
- 50g de miel.
- 5cl de vinaigre de Xérès.
- Paprika.
- Sel et poivre.

RDV le 20 juin à 17h  
dans vos cuisines  
avec



COMPTEZ SUR NOUS 

