

ATELIER TOC-TOQUE

Une recette à faire à la maison !

**Mercredi 5 mai à 10h30 ou 11h30
& Jeudi 27 mai de 11h à 12h**

1. **Assistez à une conférence** (par vidéo ou par téléphone) avec une diététicienne qui présentera une recette de saison.
2. **Recevez un panier complet** pour réaliser la recette depuis chez vous !
3. **Suivez en direct pas à pas la réalisation** de la recette avec un Chef.

En partenariat avec Maison France Services
de Quingey

Inscription pour les conférences à distance (vidéo ou téléphone) et la livraison de panier auprès de *Ingrid Pauwels Etievant*
au 03.70.88.50.10 ou par mail à
msapcias@gmail.com



Pour participer :



1

Inscrivez-vous auprès de Ingrid Pauwels Etievant au **03.70.88.50.10** ou par mail à l'adresse msapcias@gmail.com

2



Participez le **mercredi 5 mai** à l'atelier de votre choix à distance :
10h30: en visioconférence
11h30 : par téléphone

Votre atelier :

Récupérez gratuitement votre panier **de denrées**

3



4

Participez à l'atelier de cuisine en direct à distance avec un Chef le **jeudi 27 mai de 11h à 12h** puis réalisez la recette à partir des **ingrédients du panier**

Donnez votre avis en renvoyant le **questionnaire** de satisfaction

5



Dans votre panier :

- Un déroulé détaillé pour vous guider
- Tous les ingrédients nécessaires à la recette
- Une fiche recette
- Une fiche conseils autour de l'alimentation
- Un tablier et une toque
- Un questionnaire de satisfaction à renvoyer