



Ass. La Bonne Assiette depuis 1994

info.conference/jh36

49 Rue Pierre Corneille
35000 Rennes
Tél.: 02 99 32 18 87

cuisine@bonneassiette.org / www.bonneassiette.org

Organisez une conférence dans votre ville ou dans votre commune.

Thème : "Les meilleurs légumes pour votre santé"

Conférence suivie d'une dégustation.

Le conférencier prépare de bons petits légumes pendant la conférence.

Descriptif

Les spécialistes de la nutrition conseillent de consommer davantage de légumes. Mais tous les légumes ne se valent pas. Certains sont très bénéfiques pour la santé d'autres au contraire sont à consommer avec une grande modération. Comment s'y retrouver?

Tous les bons conseils pour choisir les meilleurs légumes, les tailler ou les préparer, les différentes méthodes de cuisson, etc. Il sera également question des potages, des crudités et des méthodes de conservation.

Hubert Jouan anime également des cours de cuisine réguliers, avec l'association rennaise La Bonne Assiette qu'il a fondée en 1994.

Références de l'intervenant

De formation universitaire, a enseigné 20 années en collège

Activités associatives : 16 années d'ateliers cuisine et de conférences en milieu associatif, Maisons de Quartier, Centres aérés...

Auteur de "La cuisine de demain" Editions Tynat.

Fondateur de l'association La Bonne Assiette (+ de 250 adhérents)

Nombreux voyages d'observation à l'étranger...

Conditions

Matérielles :

L'organisateur met à disposition une salle avec prise de courant et point d'eau.

Financières : à verser à l'association La Bonne assiette

- Association petit budget, écoles, etc : possibilité de gratuité ou petit forfait. Nous consulter.
 - Autres associations : 150 € + frais de dégustation + frais de déplacement
 - Organismes, collectivités, etc : 250 € + frais de dégustation + frais de déplacement
- Frais de dégustation : 30 € + 0,40 € par personne au delà de 40 pers.
Frais de déplacement : Nbre de km aller + retour x 0,30 €