

# Apéro dinatoire

Buffet et brunchs



## Objectifs



L'apéro dinatoire est une formule souple, conviviale, de repas permettant toutes les fantaisies en échappant au traditionnel « plat principal ». Une occasion de décliner la diversité de notre alimentation.

Réaliser un tel assortiment de petites préparations va redonner toute sa place à votre enfant intérieur trop souvent oublié : créativité, émerveillement sont au rendez-vous !

A préparer avant l'arrivée des invités ou à finaliser en leur compagnie et mieux partager vos petits secrets.

Des recettes simples, goûteuses, surprenantes, inratables ! Au choix, des préparations de dernière minute ou celles réalisées tranquillement à l'avance. Alternance aussi de préparations froides et chaudes.



## Où ?

3b rue de Bassembert  
67220 Lalaye  
Infos détaillées sur le site, page « accès »

## Contact

Tél 03.88.58.91.44  
gerard@jardingourmand.com

## Contenu

**Venez jouer à la dinette !  
Créez nombre de préparations  
pour varier à l'infini saveurs,  
couleurs et textures.**

Les supports : pain, tranche de légumes, galettes, feuilles ou pétales, blinis, verrines, petites porcelaines, supports bois ou bambou, planchettes ...



Les préparations de base pour tartinades ou verrines : émulsions de légumes, de graines oléagineuses, de tofu, d'avocat, de champignons... Fromage de chèvre en chantilly, Mini crêpes roulées. Légumes découpés en dips avec leurs sauces. Rouleaux de printemps et autres papillotes.



## Activités

Balade botanique  
Ateliers et causeries  
Exposition  
Préparation du repas  
Polycopiés, bibliographie



Les assaisonnements insolites à base de boutons, fleurs ou graines. Feuilletés. Mini omelettes fleuries. Aiguillettes de poulet au foie. Poissons marinés ou poêlés. Fromages et chutneys. Etc.

Moelleux, gâteaux invisibles ou magiques, crèmes et autres douceurs. Sans oublier les incroyables boissons avec et sans alcool : lait de dragon, nuage de jade, kéfir au coquelicot, etc.

Enfin, des pistes seront proposées pour parfaire la décoration de la table en cohérence avec le menu.



## En pratique

**Amener** cahier pour notes et confection d'un herbier, scotch, appareil photo.  
Vos recettes à partager

## Autres stages

Cuisine des fleurs  
Alimentation vivante  
Desserts de fête  
Frugalité et volupté

## Organisation

Animateur :  
Gérard Verret



**JARDIN GOURMAND**  
Vivez nature !