



Diététique chinoise 2 : cuisinez santé

« Recettes de cuisine et combinaison des ingrédients selon les règles de la diététique chinoise »

Que vous ayez suivi le cours Diététique 1 ou non, vous pouvez sans problème participer à ce cours pratique de recettes de cuisine composée selon les règles de la diététique chinoise.

Il a pour but d'apprendre à tout un chacun la manière d'associer les différents ingrédients et réaliser plusieurs plats en se basant sur une approche orientale de la nutrition.

Recettes simples, parfumées, exotiques et bonne pour la santé seront enseignées dans le feu de l'action. Vous pourrez mettre la main à la pâte et au final goûter aux plats que vous viendrez d'apprendre et de réaliser.

Des rappels théoriques sur les règles de base de la diététique chinoise parsèmeront cette journée essentiellement pratique. Chaque participant(e) recevra un support de cours complet avec texte et illustrations.

A l'issue de ce cours, vous ne cuisinerez plus tout à fait de la même manière.



Animatrice

中心姿色

Quynh Nguyen-Antille

Diététicienne et massothérapeute, dipl.

Prix : Frs 160.-

Maximum de participant(e)s : 6 personnes

Public cible : tout un chacun, personnel médical, nutritionniste/diététicienne, thérapeute...

Horaires : 9h00-12h00 / 13h30-16h30

Lieu : à déterminer – Hôtel-restaurant...

Attestation : de formation ou de formation continue à l'issue du cours

Dates : samedi 28 avril - samedi 16 juin - samedi 27 oct. - samedi 24 nov.