

**Le Club : Ateliers gastronomiques**  
**Les conseils d'un chef instructeur**  
**Le cours pratique : CUG258**  
**Des recettes végétariennes**  
**Le descriptif du cours**

<b>Charge de cours</b>	Hugh Cossard – le Lundi 27 Novembre 2023 – de 10h30 à 13h30 -
<b>La modalite:</b>	En présentiel – pratique.
<b>Sujet</b>	Des recettes végétariennes et des produits alternatifs pour les végétariens.
<b>Pedagogies:</b>	<p>Le plan du cours : (Syllabus).</p> <p>Dans cet atelier, on abordera le concept de la cuisine végétarienne.</p> <p>On identifiera des produits finis et bien sur les légumes utilisés pour ce style de cuisine.</p>
<b>Introduction</b>	<p>La cuisine végétarienne qu'on appelle aussi "Veggie" est une cuisine qui exclut toutes chairs animales. En revanche, elle accepte les produits issus des animaux comme le lait, les oeufs, le miel, le fromage contrairement à la cuisine végétalienne.</p> <p>Pour des raisons religieuses ou éthiques, de plus en plus de personnes adhèrent à cette pratique alimentaire et le nombre de restaurants végétariens dans le monde augmente chaque jour. Les protéines d'origine végétale sont donc privilégiées notamment au travers de céréales, d'oléagineux et de légumineuses. La liste de recettes végétariennes est infinie.</p>

Chapitre I	<p>Une présentation des produits ci-dessous et des conseils de cuissons :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Le Tofu</li> <li>- Le Seitan</li> <li>- Le Tempeh</li> <li>- Le whey</li> </ul>
Chapitre II	<p>Tarte feuilleté aux légumes</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fabrication de la tapenade.</li> </ul>
Chapitre III	<p>La fameuse ratatouille.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Une version déconstruite.</li> </ul>
Chapitre IV	<p>La fondue de poireaux</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Une recette tres légère avec du fromage de chevre.</li> </ul>
<b>Questions et conclusion.</b>	N'hésitez pas à poser vos questions.