



ATELIER CUISINE VEGETARIENNE

ou Comment végétaliser son alimentation

Vendredi 14 JUIN 2019 à 16 H 30

Au Restaurant d'Entreprise d'AL-E Illkirch

Nombre de places limité à 12 participants

Inscription au CSE obligatoire avant le 24 mai 2019

Tarifs subventionnés pour salarié, conjoint, enfant – 18 ans

Tarifs ALE Nokia 15 € au lieu de 30 €

Tarifs enfant – 15 ans 7.50 € au lieu de 15 €

Les atouts écologiques et santé de l'alimentation bio et végétarienne

Par Christine Ackermann, Diététicienne

<http://cuisinebiovegetarienne.fr/index.php/cours-de-cuisine>

www.facebook.com/cuisinebiovegetarienne/

La Commission Loisirs vous propose de préparer le menu ci-dessous et le déguster ensemble :

Makis de courgettes

Soupe de concombre glacée

Tartelettes de pois chiches aux oignons confits

Gratin de pommes de terre aux champignons et à l'huile verte

Salade aux graines germées et graines grillées

Cubes choco, caramel, café