

# CHEFS

Cours de cuisine printanier 2024

# Philosophie

Chefs est une école de cuisine inspirée, en phase avec son temps. Créée en 2024 par des artisans-cuisiniers engagés et passionnés, elle est dédiée aux cours de cuisine et de pâtisserie en format team building, challenge culinaire ainsi qu'aux particuliers à Paris et en Île-de-France.

Les produits sont sélectionnés avec rigueur auprès de petits producteurs français pratiquant une agriculture raisonnée. Créée au fil des saisons, notre cuisine est ainsi à faible impact environnemental et anti-gaspillage. Nous vous proposons une balade inspirée et vivante, parfaite pour resserrer les liens entre collaborateurs.

Chefs dispose de plusieurs ateliers intimistes à Paris et en Île-de-France pour vous recevoir et où vous vous sentirez comme chez vous pour cuisiner sous le regard bienveillant et professionnel de notre équipe. Sans oublier la dégustation dans une vaisselle en porcelaine soigneusement choisie.

# Déroulé de votre événement

Le cours de cuisine est le format idéal pour resserrer les liens avec vos collaborateurs.

Que ce soit en cuisine ou en pâtisserie, gourmandise, partage et savoir-faire sont au rendez-vous pour ce temps fort de votre entreprise. Comme une brigade, coopérez pour réaliser votre déjeuner ou votre dîner.

## Déjeuner ou dîner

2 heures d'atelier en cuisine et 1 heure 30 de dégustation (modulable).

## 9 h 30 ou 18 h 35 - Arrivée des participants

À votre arrivée nous vous proposons une boisson chaude ou rafraîchissante.

Les ingrédients, les ustensiles et vos tabliers vous attendent dans la cuisine.

Votre Chef se présente et vous fait découvrir les recettes que vous allez réaliser.

## 9 h 35 ou 18 h 30 - Préparation des mets

Comme une brigade de cuisine, coopérez pour réaliser un menu composé d'une entrée, d'un plat et d'un dessert de saison. Un moment fort dans la vie de votre équipe, mêlant gourmandise, partage et savoir-faire.

## 11 h 30 ou 20 h 30 - Dégustation

Autour d'un vin blanc et d'un vin rouge soigneusement choisis (1 bouteille de chaque pour 3 personnes), d'eau plate et d'eau gazeuse, le moment est venu de déguster, dans un service en porcelaine, les mets réalisés.

## 13h ou 22h - Fin de l'atelier

Un café, un thé ou une tisane vous sont proposés pour clôturer l'événement.

# Nos fournisseurs

Chez Chefs il y a 4 saisons et chaque saveur a un passeport, une provenance.

Nous avons un savoir-faire derrière chaque produit, celui de nos jardiniers, fromagers, éleveurs, pêcheurs, chaudronniers. Nous aimons travailler en confiance eux.

Les produits que nous sélectionnons pour nos cours de cuisine sont issus d'une agriculture raisonnée et biologique, d'origine française. Nous travaillons avec des femmes et des hommes engagés pour un autre système de production agricole et de consommation alimentaire, qui défendent leurs terroirs, la biodiversité et les savoir-faire traditionnels, qualités qui surpassent les plus hauts standards.

Ce sont ces éléments distinctifs qui mettent en valeur le caractère de notre philosophie de travail.

## Autour du barbecue

### Entrée

Courgettes jaunes grillées, ricotta di bufala, vierge aux agrumes, zaatar

### Plat

Queue de lotte grillée au barbecue, petits pois, courgettes jaunes, beurre monté

### Dessert

Sablé breton, crème au citron, fraises

---

### Techniques abordées

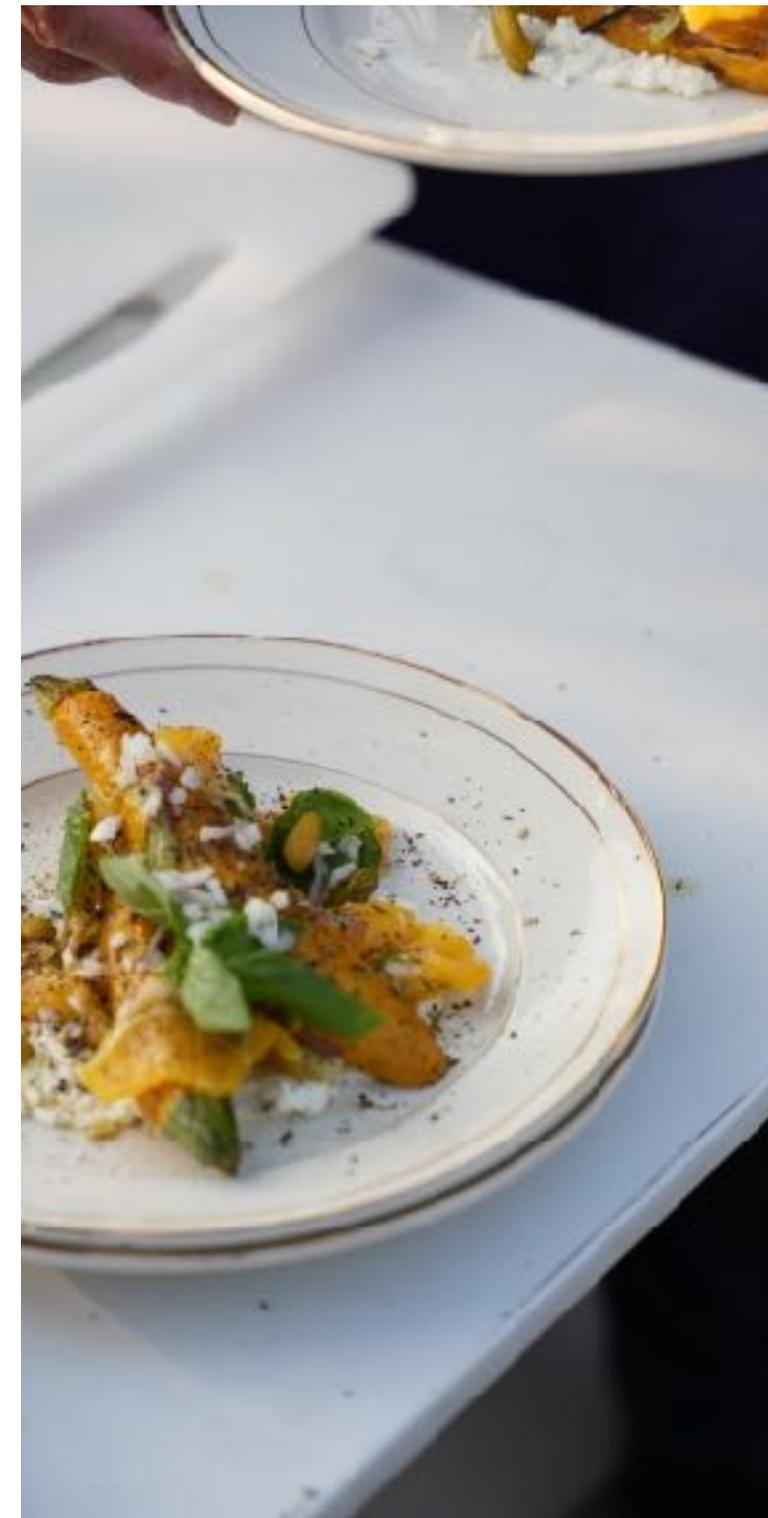
Apprendre à accorder une entrée, un plat et un dessert dans un temps imparti

Nettoyer une queue de lotte

Les gestes techniques de la découpe

Réaliser un beurre monté

Le menu peut être adapté en fonction de vos goûts et de vos intolérances.



## Autour de Pâques

### Entrée

Chou-fleur rôti à l'israélienne, yaourt grec, vierge printanière, zaatar

### Plat

Epaule d'agneau, légumes vapeur printaniers, jus

### Dessert

Tartelette au chocolat et noisettes du Piémont

---

### Techniques abordées

Apprendre à accorder une entrée, un plat et un dessert dans un temps imparti

Les gestes techniques de la découpe

Réaliser un jus

Le menu peut être adapté en fonction de vos goûts et de vos intolérances.



## Autour du poisson

### Entrée

Polpettes de pomme de terre, yaourt, salade d'herbes fines acidulées

### Plat

Queue de lotte, petits pois, courgettes jaunes, sauce pil pil

### Dessert

Pavlova aux fruits rouges, glace au yaourt



---

### Techniques abordées

Apprendre à accorder une entrée, un plat et un dessert dans un temps imparti

Nettoyer une queue de lotte

Réaliser une meringue à pavlova

Le menu peut être adapté en fonction de vos goûts et de vos intolérances



## Autour de la viande

### Entrée

Oeuf poché, légumes printaniers, émulsion au parmesan, pignons de pin, salade d'herbes

### Plat

Carré de veau, légumes à la vapeur, jus de veau aux olives

### Dessert

Millefeuille au citron d'Italie, praline et caramel lait

---

### Techniques abordées

Apprendre à accorder une entrée, un plat et un dessert dans un temps imparti

Parer et découper une pièce de viande

Réaliser une crème pâtissière

Le menu peut être adapté en fonction de vos goûts et de vos intolérances



## Atelier bistrannique

### Entrée

Chou-fleur rôti à l'israélienne, yaourt grec, vierge printanière, zaatar

### Plat

Vol-au-vent au poulet jaune fermier, légumes printaniers, émulsion au parmesan, jus de volaille

### Dessert

Profiterole, glace au yaourt, fruits rouges

---

### Techniques abordées

Apprendre à accorder une entrée, un plat et un dessert dans un temps imparti

Faire rôtir un légume

Réaliser un vol-au-vent

Réaliser une pâte à choux

Le menu peut être adapté en fonction de vos goûts et de vos intolérances



## Retour du marché

### Entrée & Plat & Dessert

Notre Chef se rendra chez ses fournisseurs pour pouvoir choisir de bons produits de saison.

Vous définirez ensemble un menu composé d'une entrée, d'un plat et d'un dessert en fonction des produits disponibles.

---

### Techniques abordées

Apprendre à accorder une entrée, un plat et un dessert dans un temps imparti

Conseils pour choisir des produits de qualité

Techniques de base découpes, cuissons et assaisonnements

Le menu peut être adapté en fonction de vos goûts et de vos intolérances



## Cuisine méditerranéenne

### Entrée

Courgettes jaunes grillées, ricotta di bufala, vierge aux agrumes, pignons de pin, zaatar

### Plat

Raviolis de veau, sauce pistou au citron, herbes fraîches

### Dessert

Baba à la fleur d'oranger, crème fouettée

---

### Techniques abordées

Apprendre à accorder une entrée, un plat et un dessert dans un temps imparti

Réaliser une pâte à ravioli

Réaliser un baba

Réaliser une crème chantilly

Le menu peut être adapté en fonction de vos goûts et de vos intolérances



## Traditions françaises

### Entrée

Asperges blanches, sauce hollandaise, câpres et citron

### Plat

Vol-au-vent au poulet jaune fermier, légumes printaniers, sauce poulette

### Dessert

Sablé breton, crème au citron, fraises

---

## Techniques abordées

Apprendre à accorder une entrée, un plat et un dessert dans un temps imparti

Réaliser une sauce hollandaise

Nettoyer une asperge

Réaliser un vol-au-vent

Le menu peut être adapté en fonction de vos goûts et de vos intolérances



## Autour des tapas

Pan con tomates confites et jambon ibérique

Ceviche de dorade

Toast de pain frotté à l'ail, poulpe grillé mariné  
à la sauge et citron

Houmous, agrumes, basilic

Calamars à la Sicilienne

Sablé breton, crème au citron italien, fraises

Tarte fine au chocolat

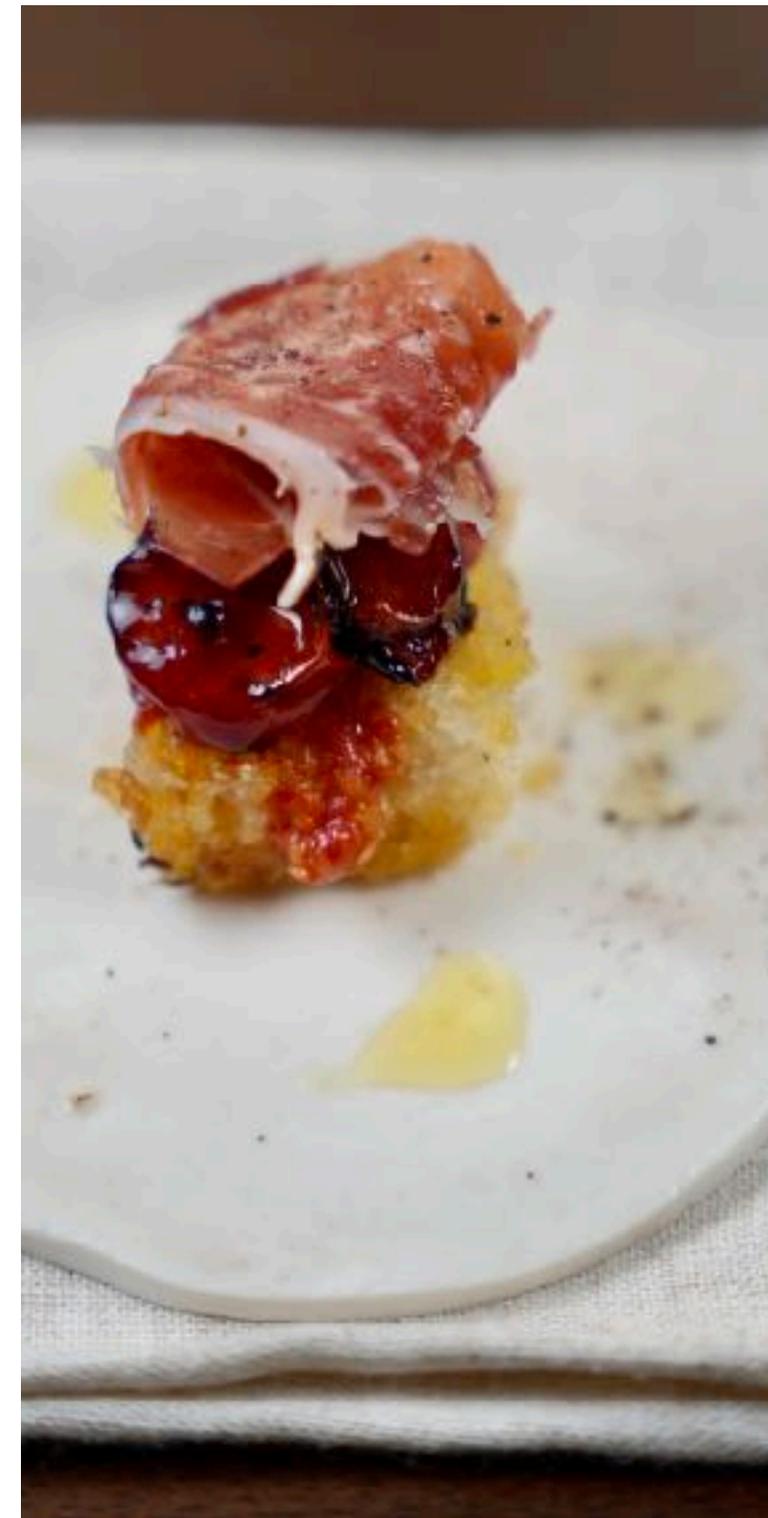
---

Techniques abordées

Apprendre à accorder un menu autour des  
tapas dans un temps imparti

Réaliser une focaccia

Le menu peut être adapté en fonction de vos  
goûts et de vos intolérances



## Autour de la street food

### Entrée

Pain pita, tomates confites, stracciatella,  
oignons rosés, zaatar

### Plat

Crudo de poisson au gingembre et épices

### Dessert

Beignets aux fruits rouges, crème fouettée,  
sirop d'érable

---

### Techniques abordées

Apprendre à accorder une entrée, un plat et  
un dessert dans un temps imparti

Réaliser une pâte à pita

Nettoyer et lever un filet de poisson

Réaliser une pâte à beignet

Le menu peut être adapté en fonction de vos  
goûts et de vos intolérances



## Cuisine solidaire

### Entrée

Focaccia, houmous, vierge printanière

### Plat

Lasagne à la ricotta, légumes printaniers et citron

### Dessert

Sablé breton, crème au citron, fraises

---

### Techniques abordées

Apprendre à accorder une entrée, un plat et un dessert dans un temps imparti

Réaliser une focaccia

Réaliser une pâte à lasagne

Réaliser un sablé breton

Le menu peut être adapté en fonction de vos goûts et de vos intolérances



## Cuisine végétarienne

### Entrée

Aubergine de Sicile grillée, confit de tomates, oignons rosés, salade d'herbes acidulées

### Plat

Raviolis à la ricotta di bufala, émulsion d'épinards au balsamique, parmesan

### Dessert

Pavlova aux fruits rouges, glace au yaourt

---

### Techniques abordées

Apprendre à accorder une entrée, un plat et un dessert dans un temps imparti

Réaliser une pâte à ravioli

Grillés un légume

Réaliser une meringue à pavlova

Le menu peut être adapté en fonction de vos goûts et de vos intolérances



## Cuisine vegan

### Entrée

Houmous, agrumes, basilic, zestes de citron

### Plat

Aubergine grillée, confit de tomates, petits pois, herbes fines

### Dessert

Pain perdu, fraises grillées à l'huile d'olive, sorbet au citron, basilic

---

### Techniques abordées

Apprendre à accorder une entrée, un plat et un dessert dans un temps imparti

Réaliser un houmous

Réaliser un confis de tomate

Réaliser un perdu sans produit laitier

Le menu peut être adapté en fonction de vos goûts et de vos intolérances



## Menu libre

### Entrée

Choisissez une entrée qui vous fait plaisir  
parmi les menus

### Plat

Choisissez un plat qui vous fait plaisir  
parmi les menus

### Dessert

Choisissez un dessert qui vous fait plaisir  
parmi les menus

Le menu peut être adapté en fonction de vos  
goûts et de vos intolérances



Pâtisseries à partager

Tarte au citron d'Italie

Opéra

Saint-Honoré

---

Techniques abordées

Réaliser un biscuit cuillère

Réaliser une pâte à choux

Réaliser une pâte sucrée

Réaliser une crème pâtissière

Réaliser un sirop

Réaliser une ganache au chocolat

Le menu peut être adapté en fonction de vos goûts et de vos intolérances



## Pâtisseries individuelles

### Paris-Brest

Pavlova aux fruits rouges, glace yaourt

Baba à la fleur d'oranger, crème chantilly

---

### Techniques abordées

Réaliser une pâte à choux

Réaliser une crème pâtissière

Réaliser une crème au beurre

Réaliser un pralin

Réaliser une meringue à pavlova

Réaliser une crème chantilly

Réaliser une pâte à baba

Le menu peut être adapté en fonction de vos goûts et de vos intolérances



## Pâtisserie sans gluten

Pavlova aux fruits rouges, glace yaourt

Namandier, crème au citron, framboises

Profiterole aux fruits rouges, glace vanille

---

### Techniques abordées

Réaliser une meringue à pavlova

Réaliser une pâte à choux sans gluten

Réaliser une glace vanille

Réaliser un namandier

Réaliser une crème pâtissière

Le menu peut être adapté en fonction de vos goûts et de vos intolérances



## Pâtisserie sur-mesure

Choisissez trois pâtisseries qui vous ferait plaisir  
parmi les menus

Le menu peut être adapté en fonction de vos  
goûts et de vos intolérances

