



CUISSON À BASSE TEMPÉRATURE

Cours-démonstration avec repas dégustation

Notre cuisinier, Gaël Brandy, chef de cuisine au centre de formation Gastrovaud, vous invite à découvrir ses savoureuses recettes où gastronomie peut rimer avec santé.

La technique de la cuisson à basse température favorise une alimentation saine et légère, sans adjonction de matière grasse. Elle met en valeur les goûts des mets, notamment de la viande, des poissons et des légumes. De plus, cette manière de cuisiner vous permet de préparer votre repas à l'avance, sans précipitation de dernière minute. Vous découvrirez une manière simple de cuisiner et de retrouver les goûts des aliments.

VEVEY

Date : mardi 12 juin 12

Heure : 19h00 – 21h30

Tarif : fr. 65.-

Tél. 0844 555 500 - www.espace-prevention.ch

Site de Vevey ch. Verger 1 – 1800 Vevey – epvevey@avasad.ch

Site d'Aigle av. Glariers 20 – CP 140 – 1860 Aigle – epaigle@avasad.ch