Tout savoir sur

LES LÉGUMINEUSES



LEURS BIENFAITS

Pourquoi les inclure dans l'alimentation ?



LEURS UTILISATIONS

Des pistes simples et efficaces pour une utilisation au quotidien.



RECETTES ET MISE EN PRATIQUE

7 recettes simples, pratiques et savoureuses sous forme de menu.



L'ATELIER :

70 euros/personnes : théorie, préparation d'un menu, deux dossiers de recettes, un dossier théorique, dégustation.

LE SAMEDI 04/10/25

De 17 h à 20h h à Jambes, rue Général Mascaux, 260

Par Christelle BERNARD Nutrithérapeute-Vis Ta Nutri

Infos et inscription : /www.marjorievanrobays.be/96-la-cuisine-a-partager-de-marjorie