



ECOLE:.....

PREMIER COACHING:

28 FÉVRIER 1018

LISTE DES INGRÉDIENTS IMPOSÉS:

Pour le cocktail, la mise en bouche végétarienne et le plat:

Fenouil

Pomme type Gala

Jeunes carottes

Betterave rouge ou Betterave chiogga

Chou-rave

Concombre

Pour le plat:

Filet de volaille

Pour le dessert:

Fraises

Chocolat noir

A vous de jouer maintenant !

1. BASE DE RECETTE: 'COCKTAIL DE SAISON'

Attention: vous devez utiliser 1 ingrédient du panier de marchandises imposées dans votre cocktail. Tous les fruits et légumes peuvent être utilisés en jus!

Comme base pour notre cocktail de jus frais, nous utiliserons du jus de:

Fenouil
Pommes
Carottes
Betterave
Chou-rave
Concombre

2. BASE: DÉCORATION DE TABLE

Attention: à compléter lors du 1er coaching!

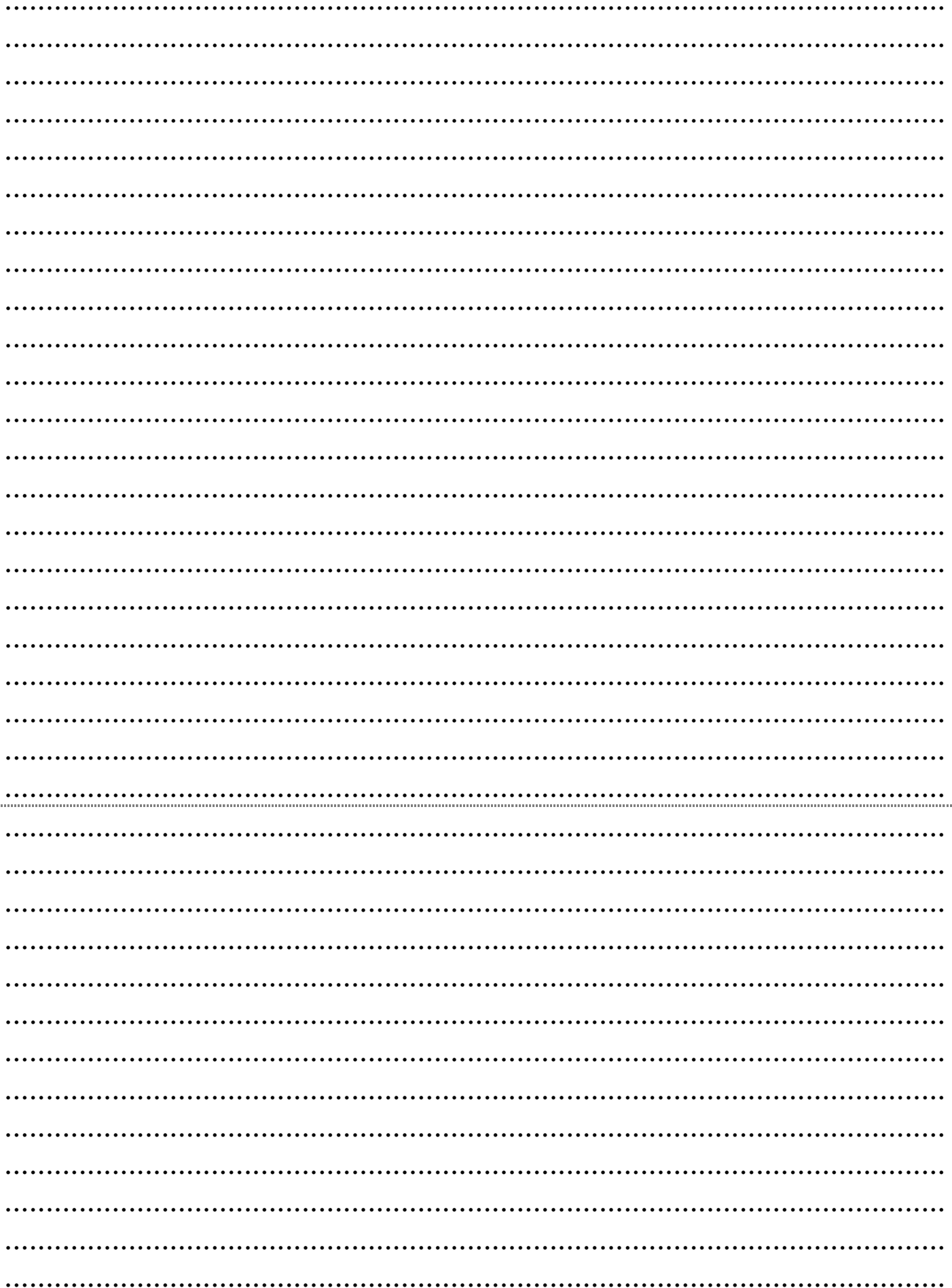
Couleur chemins de table:

Orientation des chemins de table (entourez):

1 pour 2 clients - 2 en longueur

Couleur des serviettes:.....

Thème couleur pour la décoration de table (couleur que vous souhaitez utiliser dans votre décoration):



4. BASE DE RECETTE: 'PLAT PRINCIPAL'

Attention: vous devez utiliser les ingrédients du panier de marchandises imposées comme base. Pour le reste, à vous d'être créatifs!

Ingrédients et proportions pour 6 personnes:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Détails des étapes de la préparation de la recette:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

5. BASE DE RECETTE: 'DESSERT'

Attention: vous devez utiliser les ingrédients du panier de marchandises imposées comme base:

Ingrédients et proportions pour 6 personnes:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Détails des étapes de la préparation de la recette:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

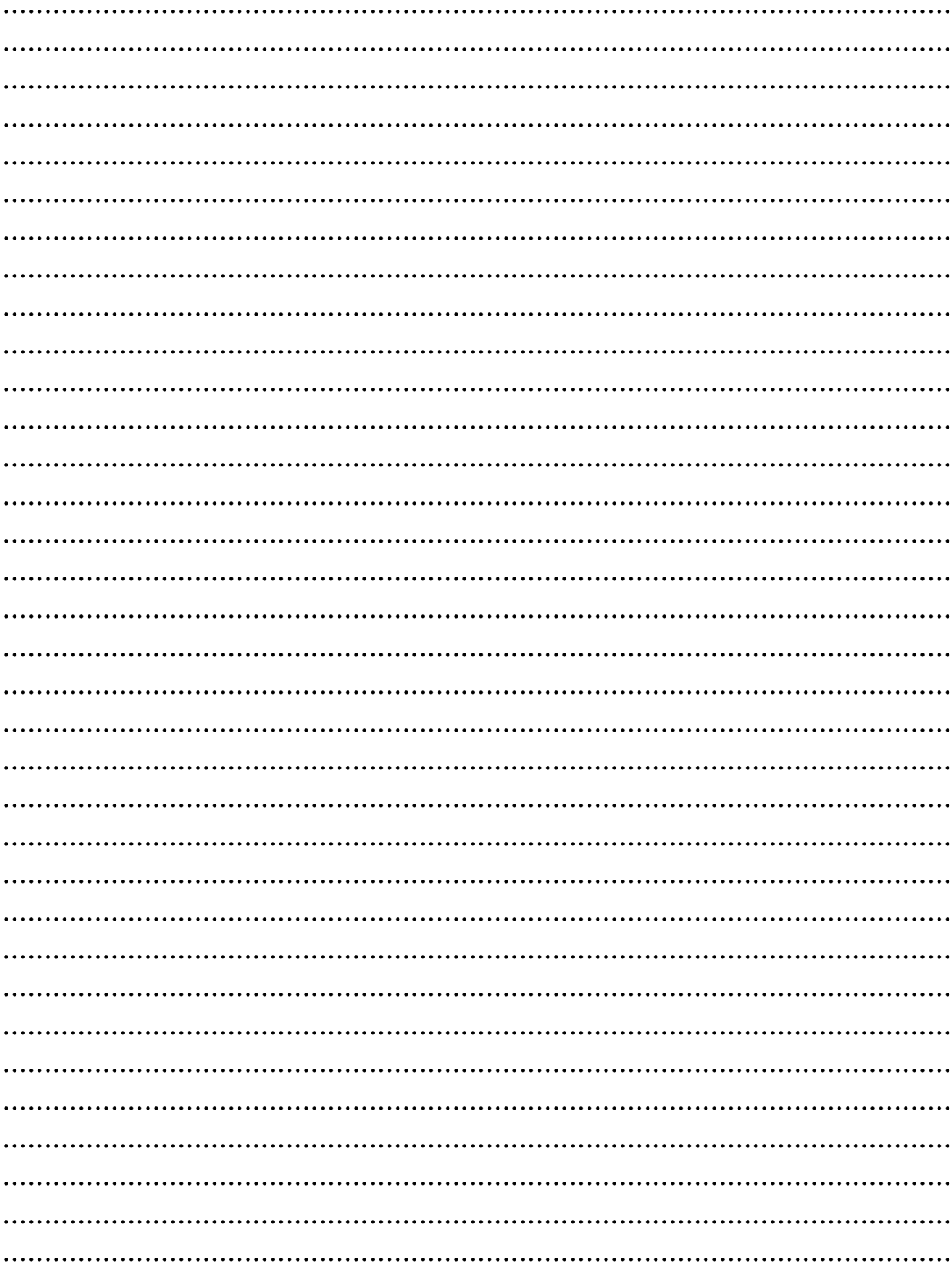
.....

.....

.....

.....

.....





ECOLE:.....

PREMIER COACHING:

28 FÉVRIER 1018

LISTE DES INGRÉDIENTS IMPOSÉS:

Pour le cocktail, la mise en bouche végétarienne et le plat:

Fenouil

Pomme type Gala

Jeunes carottes

Betterave rouge ou Betterave chiogga

Chou-rave

Concombre

Pour le plat:

Filet de volaille

Pour le dessert:

Fraises

Chocolat noir

A vous de jouer maintenant !

1. BASE DE RECETTE: 'COCKTAIL DE SAISON'

Attention: vous devez utiliser 1 ingrédient du panier de marchandises imposées dans votre cocktail. Tous les fruits et légumes peuvent être utilisés en jus!

Comme base pour notre cocktail de jus frais, nous utiliserons du jus de:

Fenouil
Pommes
Carottes
Betterave
Chou-rave
Concombre

2. BASE: DÉCORATION DE TABLE

Attention: à compléter lors du 1er coaching!

Couleur chemins de table:

Orientation des chemins de table (entourez):

1 pour 2 clients - 2 en longueur

Couleur des serviettes:.....

Thème couleur pour la décoration de table (couleur que vous souhaitez utiliser dans votre décoration):

3. BASE DE RECETTE: 'MISE EN BOUCHE VÉGÉ'

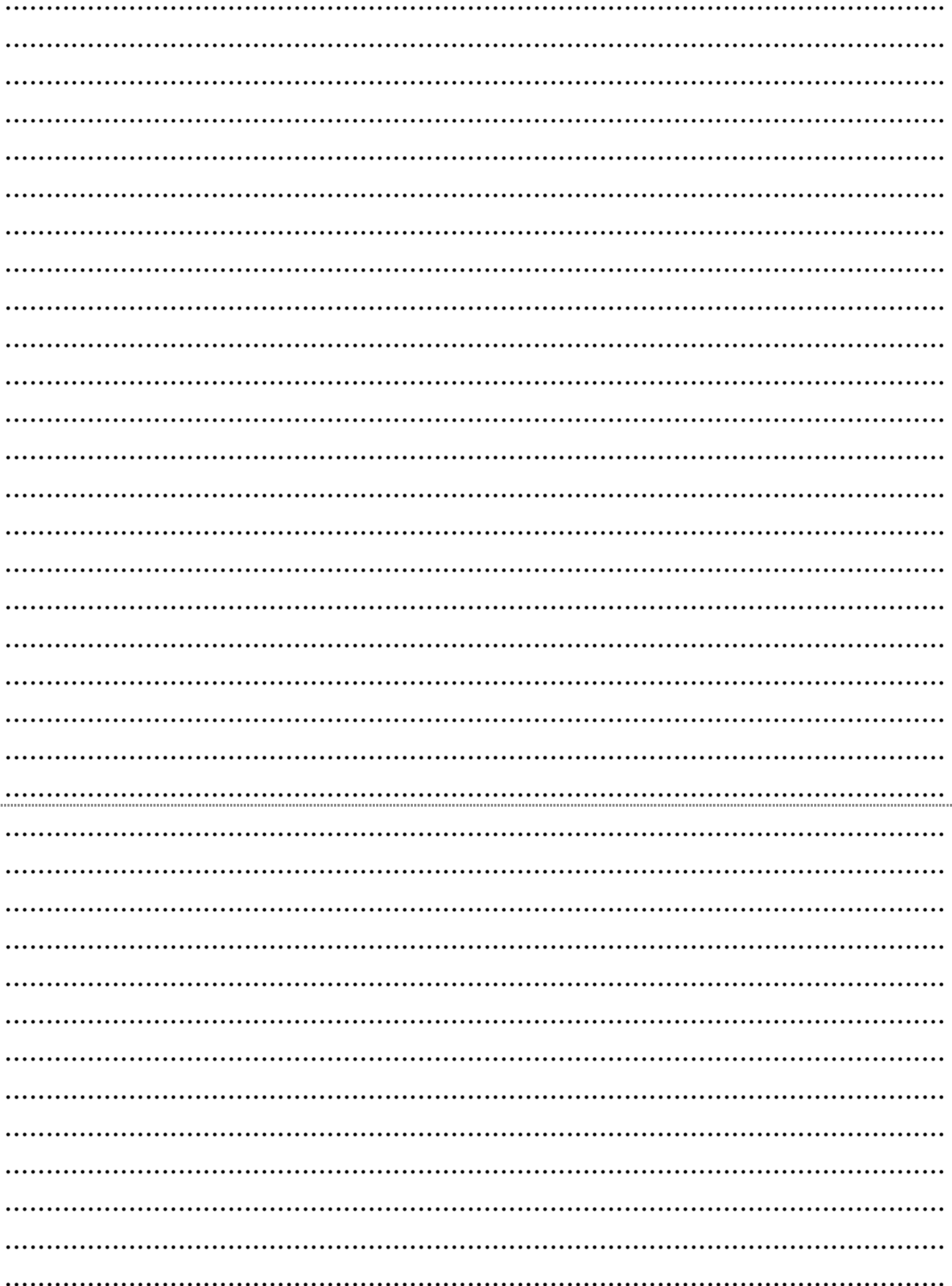
Attention: vous devez utiliser les ingrédients du panier de marchandises imposées comme base. Pour le reste, à vous d'être créatifs!

Ingrédients et proportions pour 6 personnes:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Détails des étapes de la préparation de la recette:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....



4. BASE DE RECETTE: ‘PLAT PRINCIPAL’

Attention: vous devez utiliser les ingrédients du panier de marchandises imposées comme base. Pour le reste, à vous d’être créatifs!

Ingrédients et proportions pour 6 personnes:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Détails des étapes de la préparation de la recette:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

5. BASE DE RECETTE: 'DESSERT'

Attention: vous devez utiliser les ingrédients du panier de marchandises imposées comme base:

Ingrédients et proportions pour 6 personnes:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Détails des étapes de la préparation de la recette:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



ECOLE:.....

PREMIER COACHING:

28 FÉVRIER 1018

LISTE DES INGRÉDIENTS IMPOSÉS:

Pour le cocktail, la mise en bouche végétarienne et le plat:

Fenouil

Pomme type Gala

Jeunes carottes

Betterave rouge ou Betterave chiogga

Chou-rave

Concombre

Pour le plat:

Filet de volaille

Pour le dessert:

Fraises

Chocolat noir

A vous de jouer maintenant !

1. BASE DE RECETTE: 'COCKTAIL DE SAISON'

Attention: vous devez utiliser 1 ingrédient du panier de marchandises imposées dans votre cocktail. Tous les fruits et légumes peuvent être utilisés en jus!

Comme base pour notre cocktail de jus frais, nous utiliserons du jus de:

Fenouil
Pommes
Carottes
Betterave
Chou-rave
Concombre

2. BASE: DÉCORATION DE TABLE

Attention: à compléter lors du 1er coaching!

Couleur chemins de table:

Orientation des chemins de table (entourez):

1 pour 2 clients - 2 en longueur

Couleur des serviettes:.....

Thème couleur pour la décoration de table (couleur que vous souhaitez utiliser dans votre décoration):

3. BASE DE RECETTE: 'MISE EN BOUCHE VÉGÉ'

Attention: vous devez utiliser les ingrédients du panier de marchandises imposées comme base. Pour le reste, à vous d'être créatifs!

Ingrédients et proportions pour 6 personnes:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Détails des étapes de la préparation de la recette:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

A series of horizontal dotted lines for writing, consisting of 25 lines.

4. BASE DE RECETTE: 'PLAT PRINCIPAL'

Attention: vous devez utiliser les ingrédients du panier de marchandises imposées comme base. Pour le reste, à vous d'être créatifs!

Ingrédients et proportions pour 6 personnes:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Détails des étapes de la préparation de la recette:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

A series of horizontal dotted lines spanning the width of the page, providing a template for handwriting practice.

5. BASE DE RECETTE: 'DESSERT'

Attention: vous devez utiliser les ingrédients du panier de marchandises imposées comme base:

Ingrédients et proportions pour 6 personnes:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Détails des étapes de la préparation de la recette:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

.....



ECOLE:.....

PREMIER COACHING:

28 FÉVRIER 1018

LISTE DES INGRÉDIENTS IMPOSÉS:

Pour le cocktail, la mise en bouche végétarienne et le plat:

Fenouil

Pomme type Gala

Jeunes carottes

Betterave rouge ou Betterave chiogga

Chou-rave

Concombre

Pour le plat:

Filet de volaille

Pour le dessert:

Fraises

Chocolat noir

A vous de jouer maintenant !

1. BASE DE RECETTE: 'COCKTAIL DE SAISON'

Attention: vous devez utiliser 1 ingrédient du panier de marchandises imposées dans votre cocktail. Tous les fruits et légumes peuvent être utilisés en jus!

Comme base pour notre cocktail de jus frais, nous utiliserons du jus de:

Fenouil
Pommes
Carottes
Betterave
Chou-rave
Concombre

2. BASE: DÉCORATION DE TABLE

Attention: à compléter lors du 1er coaching!

Couleur chemins de table:

Orientation des chemins de table (entourez):

1 pour 2 clients - 2 en longueur

Couleur des serviettes:.....

Thème couleur pour la décoration de table (couleur que vous souhaitez utiliser dans votre décoration):

3. BASE DE RECETTE: 'MISE EN BOUCHE VÉGÉ'

Attention: vous devez utiliser les ingrédients du panier de marchandises imposées comme base. Pour le reste, à vous d'être créatifs!

Ingrédients et proportions pour 6 personnes:

.....
.....
.....
.....
.....
.....

Détails des étapes de la préparation de la recette:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

4. BASE DE RECETTE: 'PLAT PRINCIPAL'

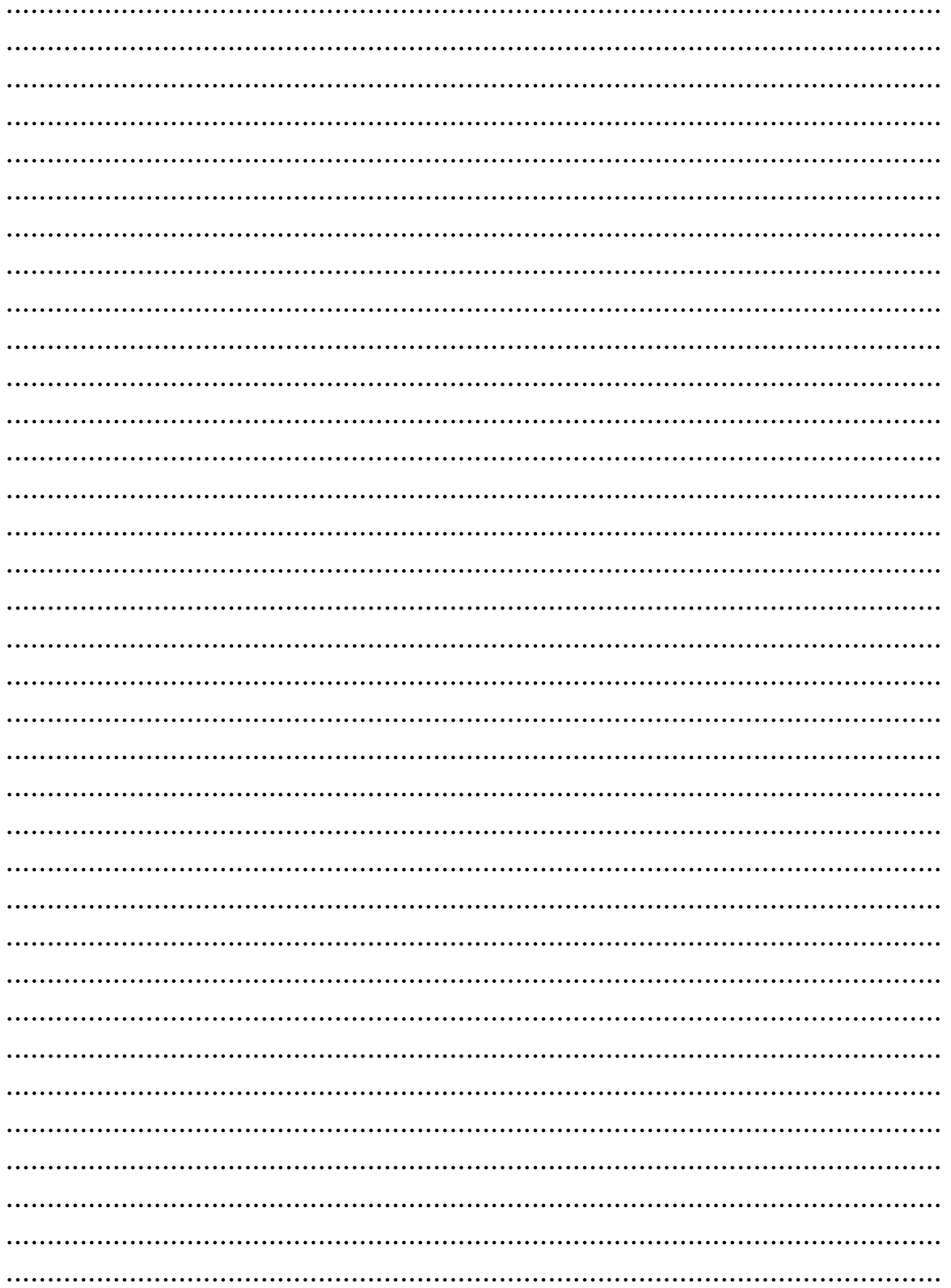
Attention: vous devez utiliser les ingrédients du panier de marchandises imposées comme base. Pour le reste, à vous d'être créatifs!

Ingrédients et proportions pour 6 personnes:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Détails des étapes de la préparation de la recette:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....



5. BASE DE RECETTE: 'DESSERT'

Attention: vous devez utiliser les ingrédients du panier de marchandises imposées comme base:

Ingrédients et proportions pour 6 personnes:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Détails des étapes de la préparation de la recette:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

A large area of the page is filled with horizontal dotted lines, providing a guide for writing.





ECOLE:.....

PREMIER COACHING:

28 FÉVRIER 1018

LISTE DES INGRÉDIENTS IMPOSÉS:

Pour le cocktail, la mise en bouche végétarienne et le plat:

Fenouil

Pomme type Gala

Jeunes carottes

Betterave rouge ou Betterave chiogga

Chou-rave

Concombre

Pour le plat:

Filet de volaille

Pour le dessert:

Fraises

Chocolat noir

A vous de jouer maintenant !

1. BASE DE RECETTE: 'COCKTAIL DE SAISON'

Attention: vous devez utiliser 1 ingrédient du panier de marchandises imposées dans votre cocktail. Tous les fruits et légumes peuvent être utilisés en jus!

Comme base pour notre cocktail de jus frais, nous utiliserons du jus de:

Fenouil
Pommes
Carottes
Betterave
Chou-rave
Concombre

2. BASE: DÉCORATION DE TABLE

Attention: à compléter lors du 1er coaching!

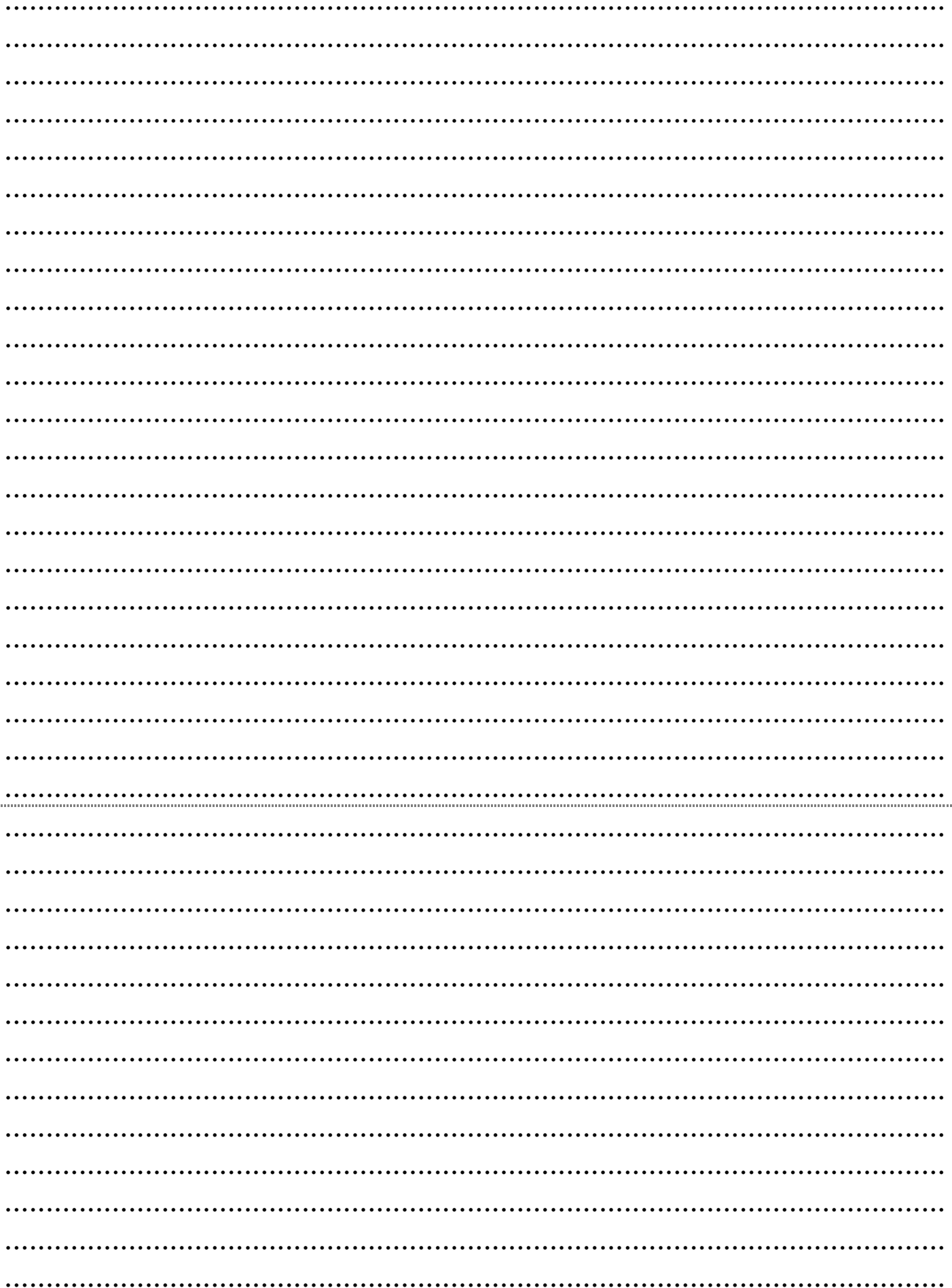
Couleur chemins de table:

Orientation des chemins de table (entourez):

1 pour 2 clients - 2 en longueur

Couleur des serviettes:.....

Thème couleur pour la décoration de table (couleur que vous souhaitez utiliser dans votre décoration):



4. BASE DE RECETTE: 'PLAT PRINCIPAL'

Attention: vous devez utiliser les ingrédients du panier de marchandises imposées comme base. Pour le reste, à vous d'être créatifs!

Ingrédients et proportions pour 6 personnes:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Détails des étapes de la préparation de la recette:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

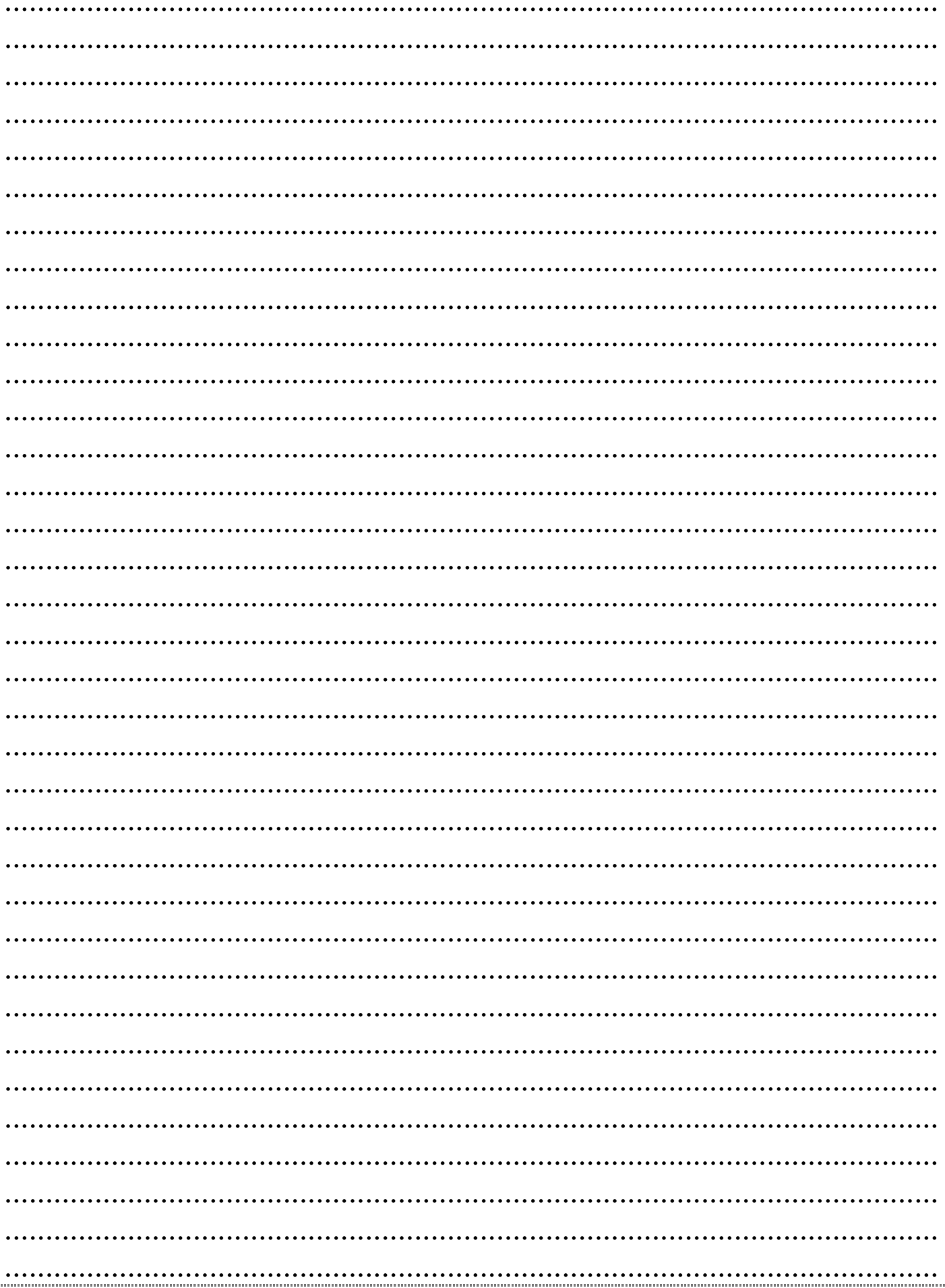
.....

.....

.....

.....

.....



5. BASE DE RECETTE: 'DESSERT'

Attention: vous devez utiliser les ingrédients du panier de marchandises imposées comme base:

Ingrédients et proportions pour 6 personnes:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Détails des étapes de la préparation de la recette:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

.....



ECOLE:.....

PREMIER COACHING:

28 FÉVRIER 1018

LISTE DES INGRÉDIENTS IMPOSÉS:

Pour le cocktail, la mise en bouche végétarienne et le plat:

Fenouil

Pomme type Gala

Jeunes carottes

Betterave rouge ou Betterave chiogga

Chou-rave

Concombre

Pour le plat:

Filet de volaille

Pour le dessert:

Fraises

Chocolat noir

A vous de jouer maintenant !

1. BASE DE RECETTE: 'COCKTAIL DE SAISON'

Attention: vous devez utiliser 1 ingrédient du panier de marchandises imposées dans votre cocktail. Tous les fruits et légumes peuvent être utilisés en jus!

Comme base pour notre cocktail de jus frais, nous utiliserons du jus de:

Fenouil
Pommes
Carottes
Betterave
Chou-rave
Concombre

2. BASE: DÉCORATION DE TABLE

Attention: à compléter lors du 1er coaching!

Couleur chemins de table:

Orientation des chemins de table (entourez):

1 pour 2 clients - 2 en longueur

Couleur des serviettes:.....

Thème couleur pour la décoration de table (couleur que vous souhaitez utiliser dans votre décoration):

3. BASE DE RECETTE: 'MISE EN BOUCHE VÉGÉ'

Attention: vous devez utiliser les ingrédients du panier de marchandises imposées comme base. Pour le reste, à vous d'être créatifs!

Ingrédients et proportions pour 6 personnes:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Détails des étapes de la préparation de la recette:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

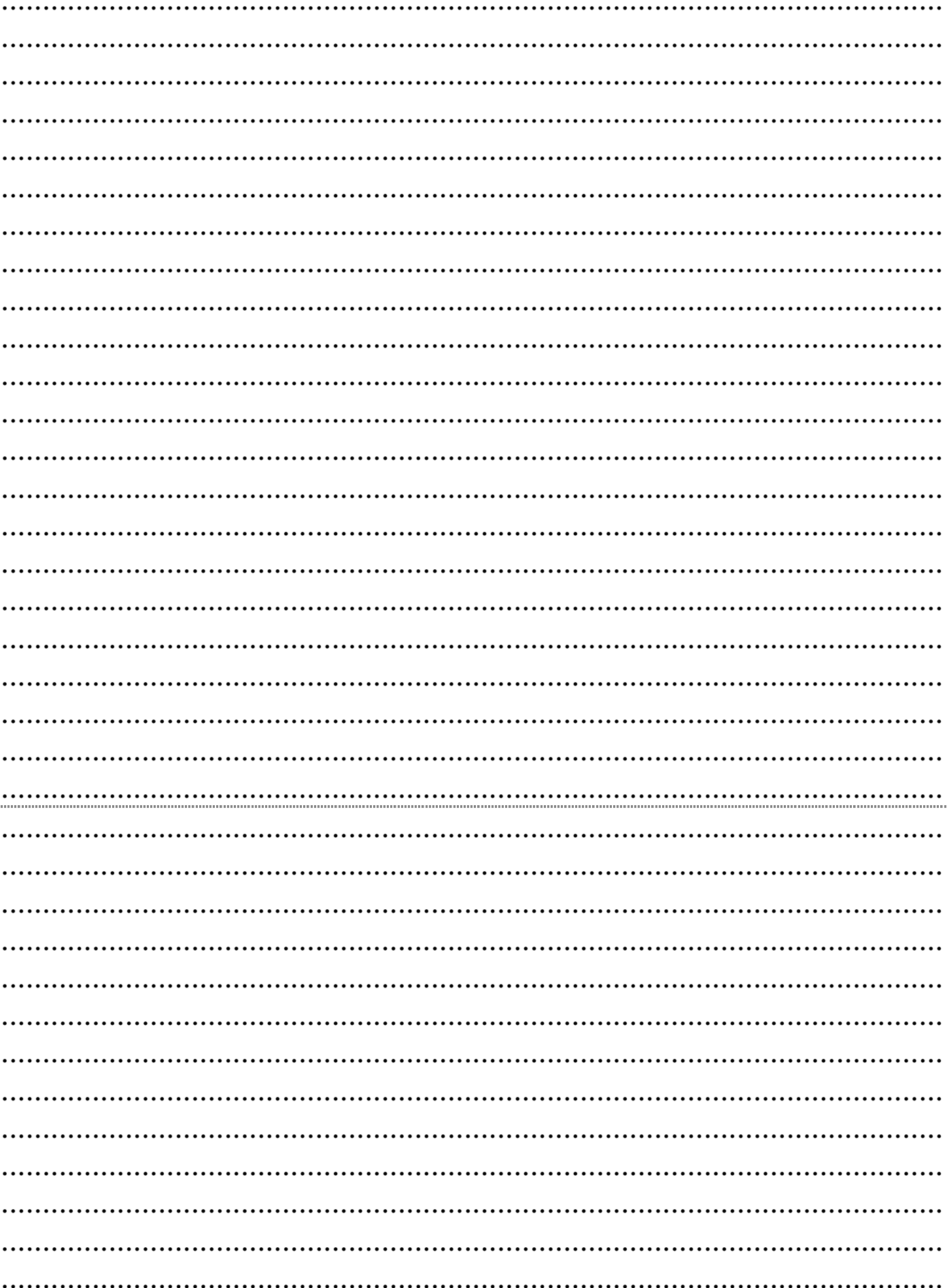
.....

.....

.....

.....

.....



4. BASE DE RECETTE: 'PLAT PRINCIPAL'

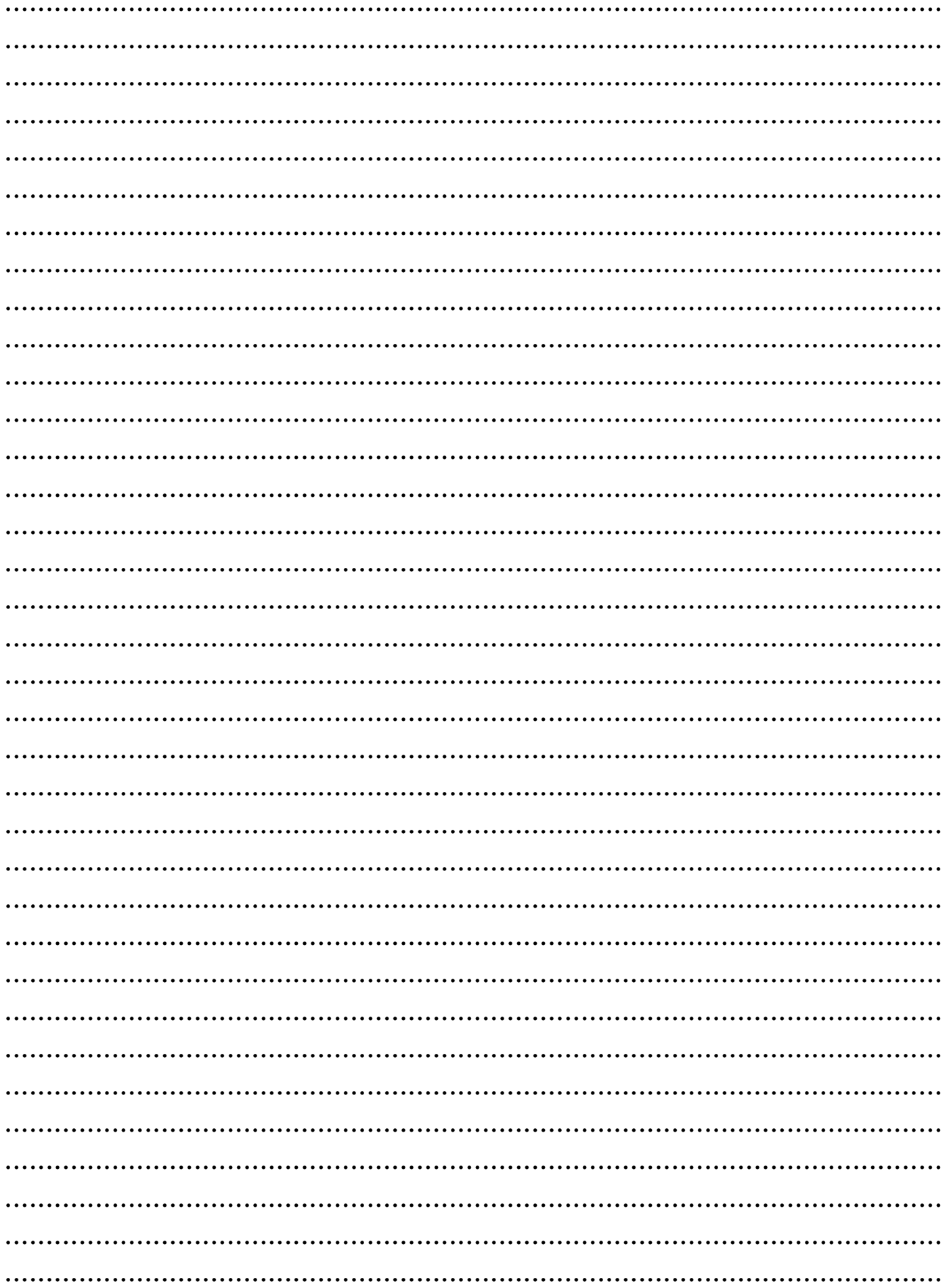
Attention: vous devez utiliser les ingrédients du panier de marchandises imposées comme base. Pour le reste, à vous d'être créatifs!

Ingrédients et proportions pour 6 personnes:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Détails des étapes de la préparation de la recette:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....



5. BASE DE RECETTE: 'DESSERT'

Attention: vous devez utiliser les ingrédients du panier de marchandises imposées comme base:

Ingrédients et proportions pour 6 personnes:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Détails des étapes de la préparation de la recette:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....



ECOLE:.....

PREMIER COACHING:

28 FÉVRIER 1018

LISTE DES INGRÉDIENTS IMPOSÉS:

Pour le cocktail, la mise en bouche végétarienne et le plat:

Fenouil

Pomme type Gala

Jeunes carottes

Betterave rouge ou Betterave chiogga

Chou-rave

Concombre

Pour le plat:

Filet de volaille

Pour le dessert:

Fraises

Chocolat noir

A vous de jouer maintenant !

1. BASE DE RECETTE: 'COCKTAIL DE SAISON'

Attention: vous devez utiliser 1 ingrédient du panier de marchandises imposées dans votre cocktail. Tous les fruits et légumes peuvent être utilisés en jus!

Comme base pour notre cocktail de jus frais, nous utiliserons du jus de:

Fenouil
Pommes
Carottes
Betterave
Chou-rave
Concombre

2. BASE: DÉCORATION DE TABLE

Attention: à compléter lors du 1er coaching!

Couleur chemins de table:

Orientation des chemins de table (entourez):

1 pour 2 clients - 2 en longueur

Couleur des serviettes:.....

Thème couleur pour la décoration de table (couleur que vous souhaitez utiliser dans votre décoration):

3. BASE DE RECETTE: 'MISE EN BOUCHE VÉGÉ'

Attention: vous devez utiliser les ingrédients du panier de marchandises imposées comme base. Pour le reste, à vous d'être créatifs!

Ingrédients et proportions pour 6 personnes:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Détails des étapes de la préparation de la recette:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

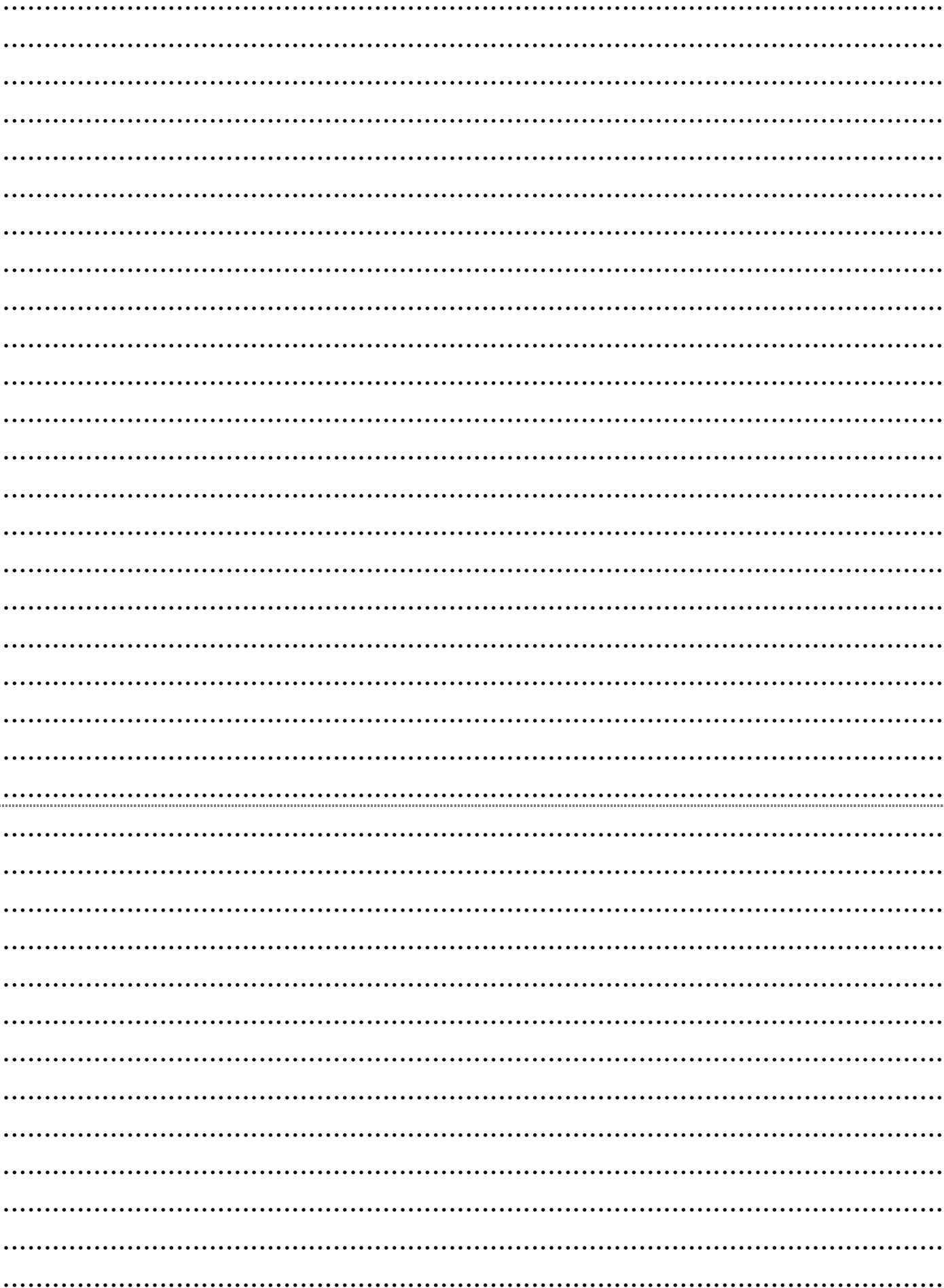
.....

.....

.....

.....

.....



4. BASE DE RECETTE: 'PLAT PRINCIPAL'

Attention: vous devez utiliser les ingrédients du panier de marchandises imposées comme base. Pour le reste, à vous d'être créatifs!

Ingrédients et proportions pour 6 personnes:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Détails des étapes de la préparation de la recette:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Dotted lines for writing practice, arranged in approximately 30 horizontal rows.

5. BASE DE RECETTE: 'DESSERT'

Attention: vous devez utiliser les ingrédients du panier de marchandises imposées comme base:

Ingrédients et proportions pour 6 personnes:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Détails des étapes de la préparation de la recette:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

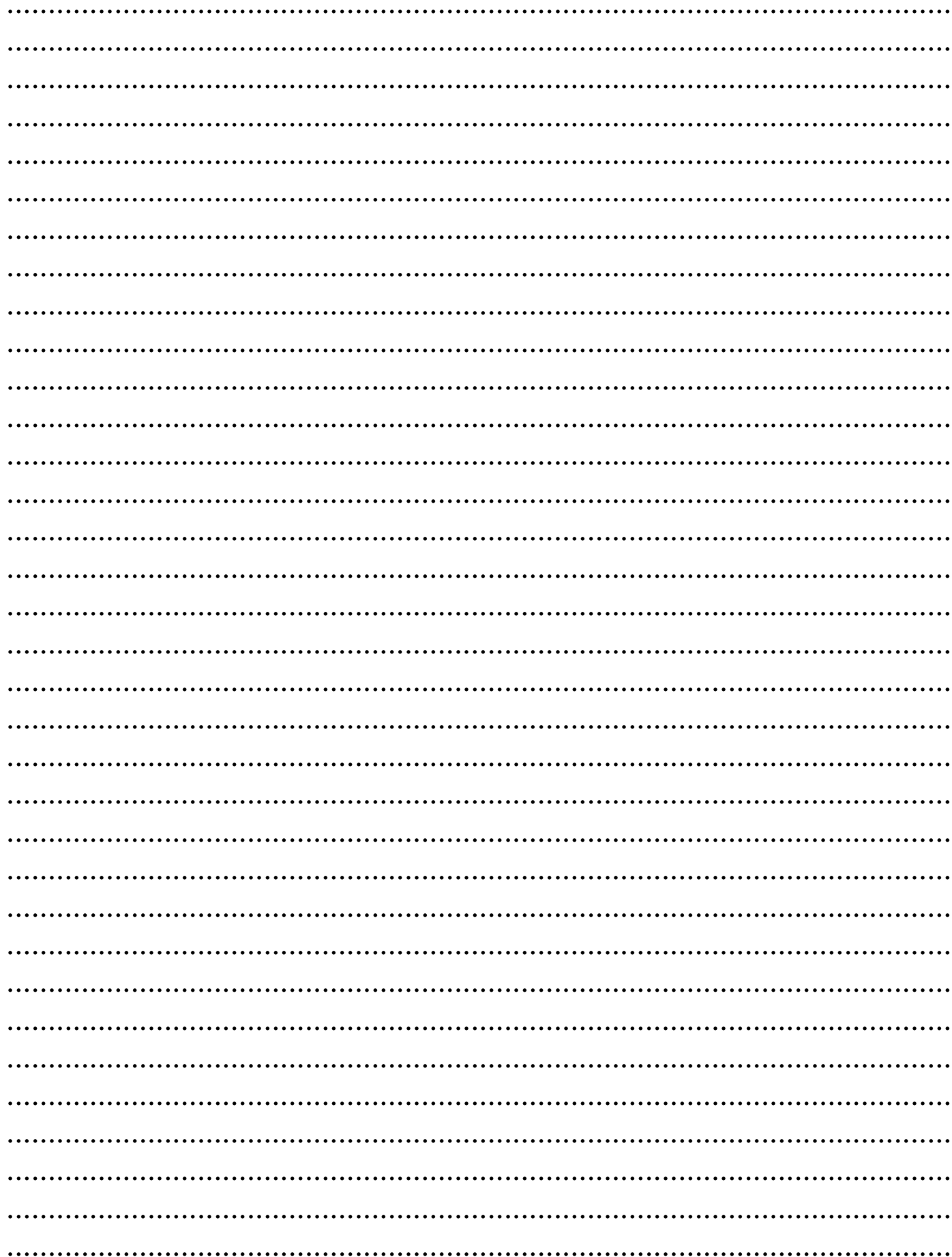
.....

.....

.....

.....

.....





ECOLE:.....

PREMIER COACHING:

28 FÉVRIER 1018

LISTE DES INGRÉDIENTS IMPOSÉS:

Pour le cocktail, la mise en bouche végétarienne et le plat:

Fenouil

Pomme type Gala

Jeunes carottes

Betterave rouge ou Betterave chiogga

Chou-rave

Concombre

Pour le plat:

Filet de volaille

Pour le dessert:

Fraises

Chocolat noir

A vous de jouer maintenant !

1. BASE DE RECETTE: 'COCKTAIL DE SAISON'

Attention: vous devez utiliser 1 ingrédient du panier de marchandises imposées dans votre cocktail. Tous les fruits et légumes peuvent être utilisés en jus!

Comme base pour notre cocktail de jus frais, nous utiliserons du jus de:

Fenouil
Pommes
Carottes
Betterave
Chou-rave
Concombre

2. BASE: DÉCORATION DE TABLE

Attention: à compléter lors du 1er coaching!

Couleur chemins de table:

Orientation des chemins de table (entourez):

1 pour 2 clients - 2 en longueur

Couleur des serviettes:.....

Thème couleur pour la décoration de table (couleur que vous souhaitez utiliser dans votre décoration):

3. BASE DE RECETTE: 'MISE EN BOUCHE VÉGÉ'

Attention: vous devez utiliser les ingrédients du panier de marchandises imposées comme base. Pour le reste, à vous d'être créatifs!

Ingrédients et proportions pour 6 personnes:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Détails des étapes de la préparation de la recette:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

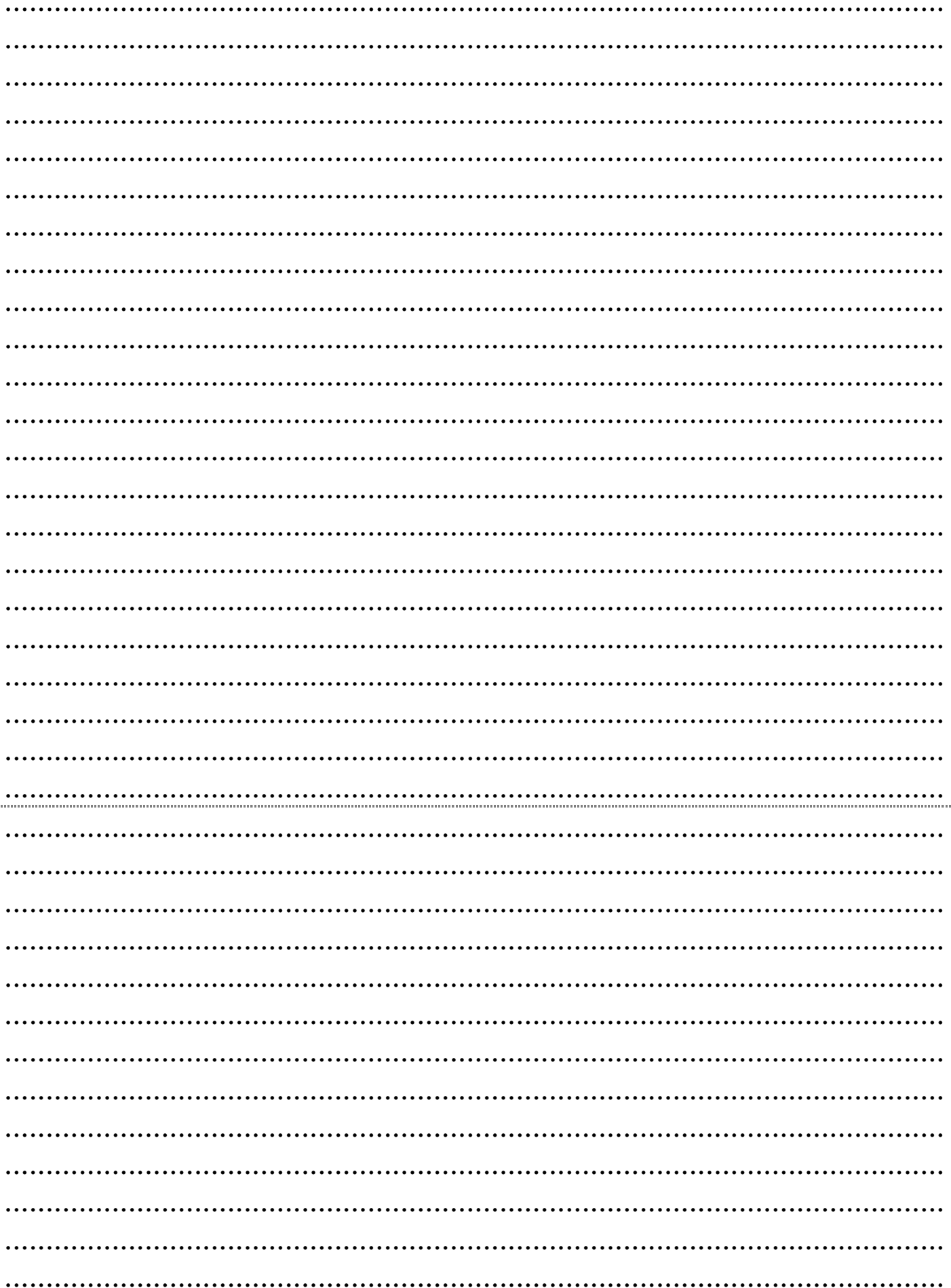
.....

.....

.....

.....

.....



4. BASE DE RECETTE: ‘PLAT PRINCIPAL’

Attention: vous devez utiliser les ingrédients du panier de marchandises imposées comme base. Pour le reste, à vous d’être créatifs!

Ingrédients et proportions pour 6 personnes:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Détails des étapes de la préparation de la recette:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

A series of 30 horizontal dotted lines spanning the width of the page, intended for writing.



ECOLE:.....

PREMIER COACHING:

28 FÉVRIER 1018

LISTE DES INGRÉDIENTS IMPOSÉS:

Pour le cocktail, la mise en bouche végétarienne et le plat:

Fenouil

Pomme type Gala

Jeunes carottes

Betterave rouge ou Betterave chiogga

Chou-rave

Concombre

Pour le plat:

Filet de volaille

Pour le dessert:

Fraises

Chocolat noir

A vous de jouer maintenant !

1. BASE DE RECETTE: 'COCKTAIL DE SAISON'

Attention: vous devez utiliser 1 ingrédient du panier de marchandises imposées dans votre cocktail. Tous les fruits et légumes peuvent être utilisés en jus!

Comme base pour notre cocktail de jus frais, nous utiliserons du jus de:

Fenouil
Pommes
Carottes
Betterave
Chou-rave
Concombre

2. BASE: DÉCORATION DE TABLE

Attention: à compléter lors du 1er coaching!

Couleur chemins de table:

Orientation des chemins de table (entourez):

1 pour 2 clients - 2 en longueur

Couleur des serviettes:.....

Thème couleur pour la décoration de table (couleur que vous souhaitez utiliser dans votre décoration):

3. BASE DE RECETTE: 'MISE EN BOUCHE VÉGÉ'

Attention: vous devez utiliser les ingrédients du panier de marchandises imposées comme base. Pour le reste, à vous d'être créatifs!

Ingrédients et proportions pour 6 personnes:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Détails des étapes de la préparation de la recette:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

A series of 28 horizontal dotted lines spanning the width of the page, serving as a guide for handwriting practice.

4. BASE DE RECETTE: 'PLAT PRINCIPAL'

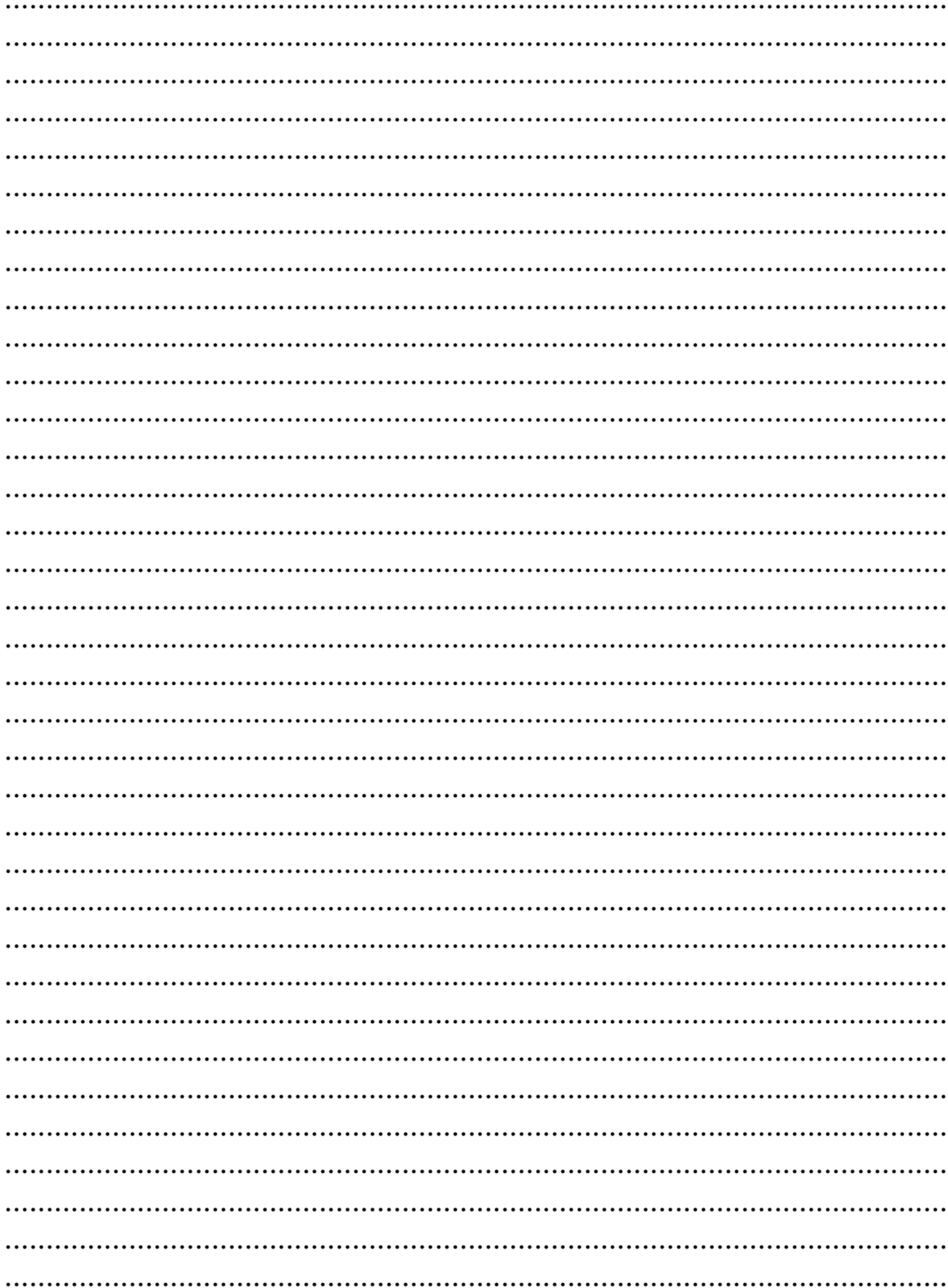
Attention: vous devez utiliser les ingrédients du panier de marchandises imposées comme base. Pour le reste, à vous d'être créatifs!

Ingrédients et proportions pour 6 personnes:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Détails des étapes de la préparation de la recette:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....



5. BASE DE RECETTE: 'DESSERT'

Attention: vous devez utiliser les ingrédients du panier de marchandises imposées comme base:

Ingrédients et proportions pour 6 personnes:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Détails des étapes de la préparation de la recette:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....



ECOLE:.....

PREMIER COACHING:

28 FÉVRIER 1018

LISTE DES INGRÉDIENTS IMPOSÉS:

Pour le cocktail, la mise en bouche végétarienne et le plat:

Fenouil

Pomme type Gala

Jeunes carottes

Betterave rouge ou Betterave chiogga

Chou-rave

Concombre

Pour le plat:

Filet de volaille

Pour le dessert:

Fraises

Chocolat noir

A vous de jouer maintenant !

1. BASE DE RECETTE: 'COCKTAIL DE SAISON'

Attention: vous devez utiliser 1 ingrédient du panier de marchandises imposées dans votre cocktail. Tous les fruits et légumes peuvent être utilisés en jus!

Comme base pour notre cocktail de jus frais, nous utiliserons du jus de:

Fenouil
Pommes
Carottes
Betterave
Chou-rave
Concombre

2. BASE: DÉCORATION DE TABLE

Attention: à compléter lors du 1er coaching!

Couleur chemins de table:

Orientation des chemins de table (entourez):

1 pour 2 clients - 2 en longueur

Couleur des serviettes:.....

Thème couleur pour la décoration de table (couleur que vous souhaitez utiliser dans votre décoration):

3. BASE DE RECETTE: 'MISE EN BOUCHE VÉGÉ'

Attention: vous devez utiliser les ingrédients du panier de marchandises imposées comme base. Pour le reste, à vous d'être créatifs!

Ingrédients et proportions pour 6 personnes:

.....
.....
.....
.....
.....

Détails des étapes de la préparation de la recette:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

4. BASE DE RECETTE: 'PLAT PRINCIPAL'

Attention: vous devez utiliser les ingrédients du panier de marchandises imposées comme base. Pour le reste, à vous d'être créatifs!

Ingrédients et proportions pour 6 personnes:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Détails des étapes de la préparation de la recette:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

A series of 30 horizontal dotted lines for writing.

5. BASE DE RECETTE: 'DESSERT'

Attention: vous devez utiliser les ingrédients du panier de marchandises imposées comme base:

Ingrédients et proportions pour 6 personnes:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Détails des étapes de la préparation de la recette:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....



ECOLE:.....

PREMIER COACHING:

28 FÉVRIER 1018

LISTE DES INGRÉDIENTS IMPOSÉS:

Pour le cocktail, la mise en bouche végétarienne et le plat:

Fenouil

Pomme type Gala

Jeunes carottes

Betterave rouge ou Betterave chiogga

Chou-rave

Concombre

Pour le plat:

Filet de volaille

Pour le dessert:

Fraises

Chocolat noir

A vous de jouer maintenant !

1. BASE DE RECETTE: 'COCKTAIL DE SAISON'

Attention: vous devez utiliser 1 ingrédient du panier de marchandises imposées dans votre cocktail. Tous les fruits et légumes peuvent être utilisés en jus!

Comme base pour notre cocktail de jus frais, nous utiliserons du jus de:

Fenouil
Pommes
Carottes
Betterave
Chou-rave
Concombre

2. BASE: DÉCORATION DE TABLE

Attention: à compléter lors du 1er coaching!

Couleur chemins de table:

Orientation des chemins de table (entourez):

1 pour 2 clients - 2 en longueur

Couleur des serviettes:.....

Thème couleur pour la décoration de table (couleur que vous souhaitez utiliser dans votre décoration):

3. BASE DE RECETTE: 'MISE EN BOUCHE VÉGÉ'

Attention: vous devez utiliser les ingrédients du panier de marchandises imposées comme base. Pour le reste, à vous d'être créatifs!

Ingrédients et proportions pour 6 personnes:

.....
.....
.....
.....
.....
.....

Détails des étapes de la préparation de la recette:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

4. BASE DE RECETTE: 'PLAT PRINCIPAL'

Attention: vous devez utiliser les ingrédients du panier de marchandises imposées comme base. Pour le reste, à vous d'être créatifs!

Ingrédients et proportions pour 6 personnes:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Détails des étapes de la préparation de la recette:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

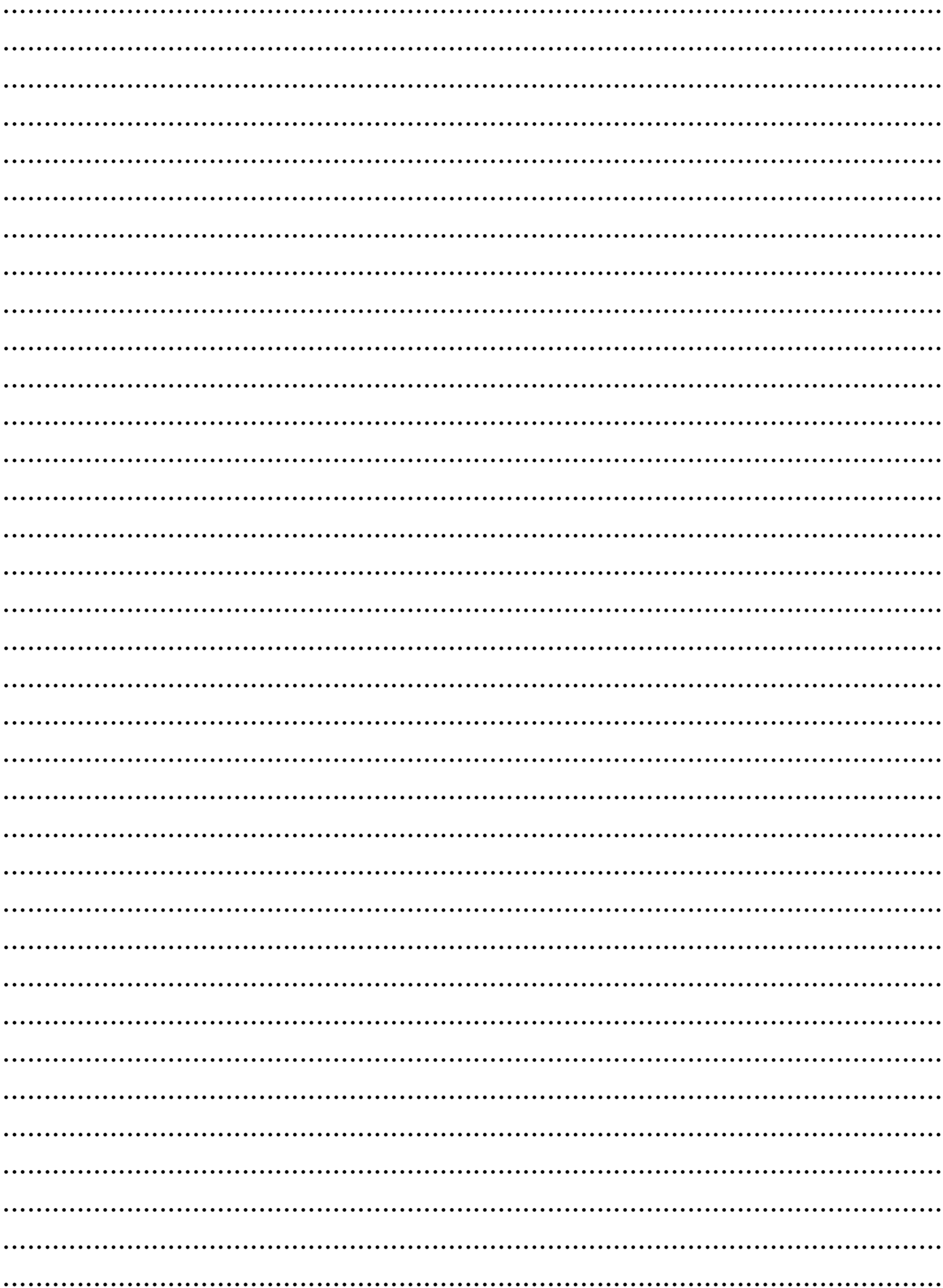
.....

.....

.....

.....

.....



5. BASE DE RECETTE: 'DESSERT'

Attention: vous devez utiliser les ingrédients du panier de marchandises imposées comme base:

Ingrédients et proportions pour 6 personnes:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Détails des étapes de la préparation de la recette:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....



ECOLE:.....

PREMIER COACHING:

28 FÉVRIER 1018

LISTE DES INGRÉDIENTS IMPOSÉS:

Pour le cocktail, la mise en bouche végétarienne et le plat:

Fenouil

Pomme type Gala

Jeunes carottes

Betterave rouge ou Betterave chiogga

Chou-rave

Concombre

Pour le plat:

Filet de volaille

Pour le dessert:

Fraises

Chocolat noir

A vous de jouer maintenant !

1. BASE DE RECETTE: 'COCKTAIL DE SAISON'

Attention: vous devez utiliser 1 ingrédient du panier de marchandises imposées dans votre cocktail. Tous les fruits et légumes peuvent être utilisés en jus!

Comme base pour notre cocktail de jus frais, nous utiliserons du jus de:

Fenouil
Pommes
Carottes
Betterave
Chou-rave
Concombre

2. BASE: DÉCORATION DE TABLE

Attention: à compléter lors du 1er coaching!

Couleur chemins de table:

Orientation des chemins de table (entourez):

1 pour 2 clients - 2 en longueur

Couleur des serviettes:.....

Thème couleur pour la décoration de table (couleur que vous souhaitez utiliser dans votre décoration):

3. BASE DE RECETTE: 'MISE EN BOUCHE VÉGÉ'

Attention: vous devez utiliser les ingrédients du panier de marchandises imposées comme base. Pour le reste, à vous d'être créatifs!

Ingrédients et proportions pour 6 personnes:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Détails des étapes de la préparation de la recette:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

4. BASE DE RECETTE: 'PLAT PRINCIPAL'

Attention: vous devez utiliser les ingrédients du panier de marchandises imposées comme base. Pour le reste, à vous d'être créatifs!

Ingrédients et proportions pour 6 personnes:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Détails des étapes de la préparation de la recette:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

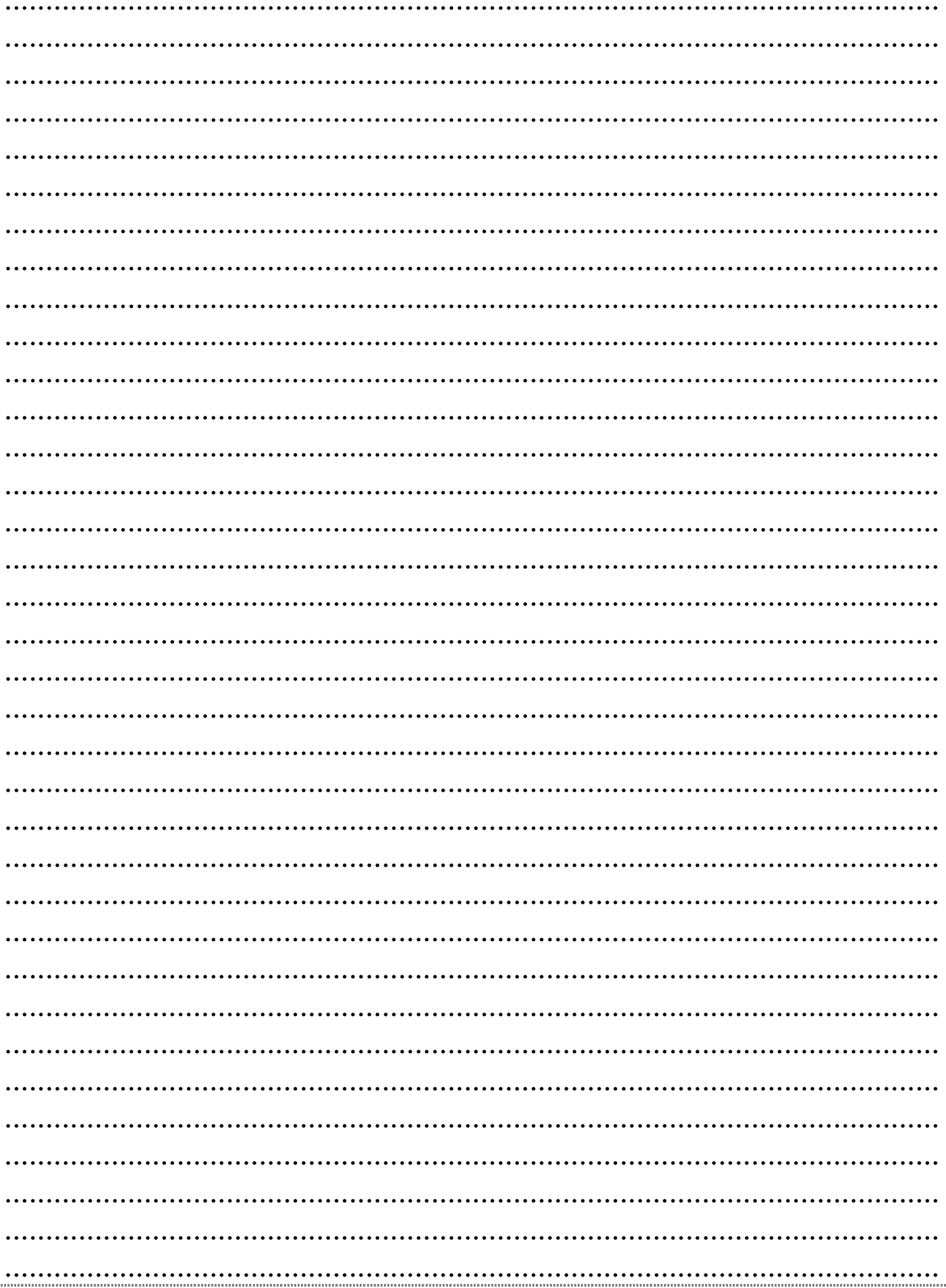
.....

.....

.....

.....

.....



5. BASE DE RECETTE: 'DESSERT'

Attention: vous devez utiliser les ingrédients du panier de marchandises imposées comme base:

Ingrédients et proportions pour 6 personnes:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Détails des étapes de la préparation de la recette:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....