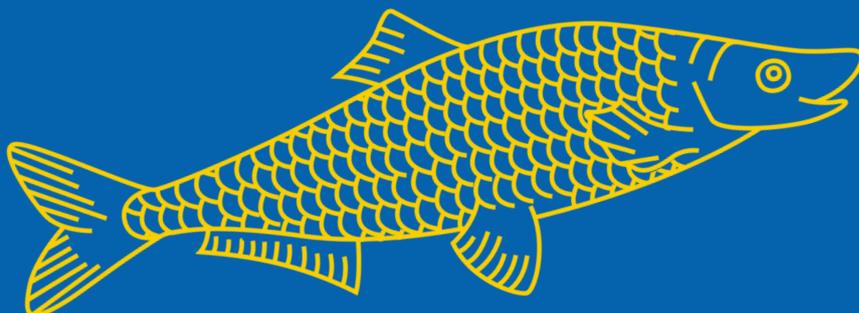


PROGRAMME ATELIERS DE CUISINE BRETONNE

DE FÉVRIER À SEPTEMBRE 2025



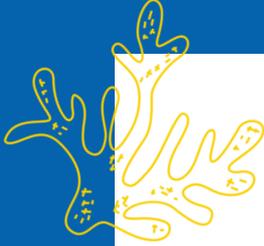
CHEZ KABAÑ À SAINT-SULIAC

ATELIERS COLLECTIFS ET

PARTICIPATIFS



FÉVRIER 2025



"TAPAS DE LA MER : TARTARE D'ALGUES, SAINT-JACQUES MARINÉES ET PALOURDES FARCIES"

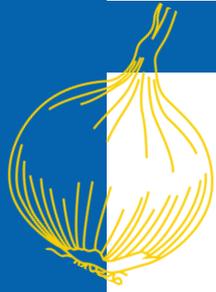
Au menu de cet atelier :

Samedi

8

10h à 13h

- Tartare d'algues (cultivées à Saint-Suliac), blinis au sarrasin, pickles express
- Tartare de Saint-Jacques clémentine et kasha
- Palourdes de la baie du Mont Saint-Michel farcies au beurre persillé et beurre aux algues



"LE LÉGENDAIRE KIG HA FARZ DES « VRAIS » BRETONS"

Lors de cet atelier, nous cuisinerons ensemble de A à Z le Kig Ha Farz. Nous partagerons ensuite le repas qui sera composé :

Samedi

22

10h à 13h

- du bouillon du Kig Ha Farz
- les légumes, les viandes de porc et de boeuf, le farz blanc et le farz noir et l'incontournable lipig !

MARS 2025



"LES SECRETS DE LA COQUILLE SAINT-JACQUES, MARINÉE ET SNACKÉE"

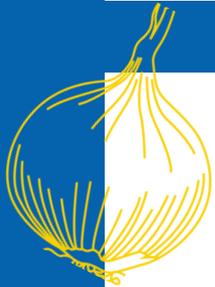
Samedi

15

10h à 13h

Après avoir ouvert quelques Saint-Jacques ensemble, nous cuisinerons les recettes suivantes :

- Tartare de Saint-Jacques noisettes/coriandre/pomme
- Saint-Jacques snackées, andouille de Guéméné grillée, écrasée de pommes de terre aux algues
- Pommé breton



"LE LÉGENDAIRE KIG HA FARZ DES « VRAIS » BRETONS"

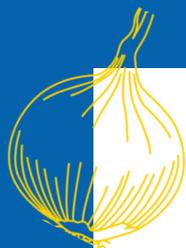
Samedi

15

16h30 à 20h

Lors de cet atelier, nous cuisinerons ensemble de A à Z le Kig Ha Farz. Nous partagerons ensuite le repas qui sera composé :

- du bouillon du Kig Ha Farz
- les légumes, les viandes de porc et de boeuf, le farz blanc et le farz noir et l'incontournable lipig !



"LE LÉGENDAIRE KIG HA FARZ DES « VRAIS » BRETONS"

Samedi

5

10h à 13h30

Lors de cet atelier, nous cuisinerons ensemble de A à Z le Kig Ha Farz. Nous partagerons ensuite le repas qui sera composé :

- du bouillon du Kig Ha Farz
- les légumes, les viandes de porc et de boeuf, le farz blanc et le farz noir et l'incontournable lipig !



"LES SECRETS DE LA COQUILLE SAINT-JACQUES, MARINÉE ET SNACKÉE"

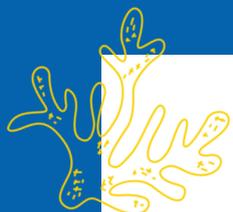
Mardi

8

10h à 13h

Après avoir ouvert quelques Saint-Jacques ensemble, nous cuisinerons les recettes suivantes :

- Tartare de Saint-Jacques noisettes/coriandre/pomme
- Saint-Jacques snackées, andouille de Guéméné grillée, écrasée de pommes de terre aux algues
- Pommé breton



"TAPAS DE LA MER : TARTARE D'ALGUES, SAINT-JACQUES MARINÉES ET PALOURDES FARCIES"

Mercredi

9

10h à 13h

Au menu de cet atelier :

- Tartare d'algues (cultivées à Saint-Suliac), blinis au sarrasin, pickles express
- Tartare de Saint-Jacques clémentine et kasha
- Palourdes de la baie du Mont Saint-Michel farcies au beurre persillé et beurre aux algues

MAI 2025



"TAPAS IODÉS & SAVEURS BRETONNES" - VERSION PRINTEMPIÈRE -

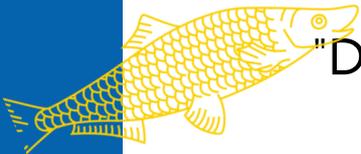
Vendredi

16

10h à 13h

Après avoir cuit l'araignée de mer et lever les filets de maquereaux, nous cuisinerons les recettes suivantes :

- Rouleaux de printemps à l'araignée de mer
- Rillettes de maquereau aux algues de Saint-Suliac
- Houmous aux légumes de saison, crackers au sarrasin



"DÉJEUNER DE SAISON ENTRE TERRE ET MER"

Jeudi

29

10h à 13h

Nous préparerons un menu entrée/plat/dessert aux saveurs 100% bretonnes. Au menu :

- Breizh Samoussa aux légumes de saison et Kari Gosse
- Filet de poisson (selon la pêche du jour), sauce au cidre, légumes printaniers
- Pommé breton

JUIN 2025



"TAPAS IODÉS & SAVEURS BRETONNES" - VERSION PRINTEMPIÈRE -

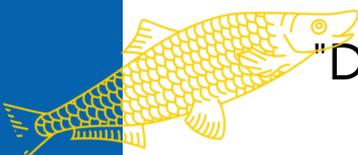
Mercredi

25

10h à 13h

Après avoir cuit l'araignée de mer et lever les filets de maquereaux, nous cuisinerons les recettes suivantes :

- Rouleaux de printemps à l'araignée de mer
- Rillettes de maquereau aux algues de Saint-Suliac
- Houmous aux légumes de saison, crackers au sarrasin



"DÉJEUNER DE SAISON ENTRE TERRE ET MER"

Samedi

28

10h à 13h

Nous préparerons un menu entrée/plat/dessert aux saveurs 100% bretonnes. Au menu :

- Breizh Samoussa aux légumes de saison et Kari Gosse
- Filet de poisson (selon la pêche du jour), sauce au cidre, légumes printaniers
- Pommé breton

JUILLET 2025



"DÉJEUNER ESTIVAL : POISSONS, LÉGUMES DE SAISON ET DOUCEUR BRETONNE"

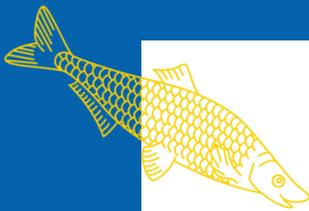
Mardi

8

10h à 13h

Nous préparerons un menu entrée/plat/dessert aux saveurs 100% bretonnes. Au menu :

- Tartare de daurade, salicornes des bords de Rance
- Filet de poisson (selon la pêche du jour), sauce vierge, légumes d'été façon crumble
- Tarte aux fraises revisitée



"TAPAS IODÉS & SAVEURS BRETONNES" - VERSION ESTIVALE -

Mercredi

9

10h à 13h

Après avoir cuit et décortiqué l'araignée de mer, nous préparerons les recettes suivantes :

- Accras de poisson (selon la pêche du jour), mayonnaise au Kari Gosse
- Tartare d'araignée de mer
- Houmous aux légumes de saison, sablés au sarrasin



"PIQUE-NIQUE BRETON : ENTRE TERRE ET MER"

Jeudi

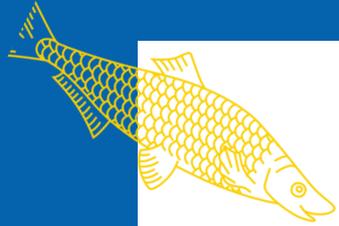
10

10h à 13h

Après avoir cuit et décortiqué l'araignée de mer, nous préparerons les recettes suivantes :

- Brocamole, chips de sarrasin
- Rillettes d'araignée de mer, pickles express et blinis au sarrasin
- Makis breton aux légumes de saison

SEPTEMBRE 2025



"TAPAS IODÉS & SAVEURS BRETONNES" - VERSION ESTIVALE -

Samedi

13

10h à 13h

Après avoir cuit et décortiqué l'araignée de mer, nous préparerons les recettes suivantes :

- Accras de poisson (selon la pêche du jour), mayonnaise au Kari Gosse
- Tartare d'araignée de mer
- Houmous aux légumes de saison, sablés au sarrasin



"DÉJEUNER DE SAISON ENTRE TERRE ET MER"

Mercredi

24

10h à 13h

Nous préparerons un menu entrée/plat/dessert aux saveurs 100% bretonnes. Au menu :

- Breizh Samoussa aux légumes de saison et Kari Gosse
- Filet de poisson (selon la pêche du jour), sauce au cidre, légumes printaniers
- Pommé breton

MODALITES PRATIQUES

ATELIER COLLECTIF CHEZ KABAÑ À SAINT-SULIAC

- **Inscription** sur <https://my.weezevent.com/atelier-de-cuisine-bretonne-a-la-kaban>
- **Durée** : Nous cuisinons pendant 2h15 (compter 3h pour le Kig Ha Farz), puis nous dégustons le repas préparé lors de l'atelier.
- **Tarif** : 80€/personne (jusqu'à 7 participants pour un atelier collectif)
Si vous possédez une carte cadeau, merci d'appeler Fanny au 06 77 74 51 32 ou d'écrire un mail à contact@atelier-retour-de-peche.com
- **Lieu** : Kabañ, maison de cultures bretonnes
7 rue de la Grande Cohue, 35 430 Saint-Suliac
(en plein coeur de Saint-Suliac, juste en face de la supérette du village)

**Chaque trimestre un nouveau programme proposé
et des menus en fonction des produits de saison !**



Kabañ

LES SAVOIR-FAIRE
DES BORDS DE RANCE