



28, chemin de Montray
69110 Ste FOY les Lyon
tél : 04 37 41 58 07
www.delicieusementvotre.com

ATELIER IMMERSION, SOIREE OU A THEME

75 €

ATELIER DECOUVERTE

55 €

**SAISON CULINAIRE
(sur abonnement)**

**295 €
(d'octobre à juin)**

COURS ENFANT 7-14 ANS

33 € le cours ou 75 € les 3 consécutifs

COURS PARENT-ENFANT

75 € en duo

PASS KIDS GOURMAND

260 € les 8 cours enfant + 1 cours gratuit

PASS GOURMAND ADULTES

300 € les 4 cours de 3h + 1 cours gratuit

PLANNING SEPTEMBRE

	SEMAINE 36	SEMAINE 37	SEMAINE 38	SEMAINE 39	SEMAINE 40
Vendredi	<p>4</p> <p>de 14:00 à 17:00 : ATELIER SOIREE - UNE FIN D'ETE - 75.00€</p> <p>Compression d'aubergines au fromage frais, pesto de tomates confites Pavé de saumon en basse température, sauce marinière safranée, riz sauvage aux petits légumes Macarons choco-passion</p> <p>Techniques : Réaliser un caviar d'aubergines et un pesto, cuire en basse température, cuire des coquillages, tailler une brunoise, réaliser des coques de macarons et une ganache A emporter</p> 	<p>11</p> <p>de 14:00 à 17:00 : ATELIER SOIREE - SUR LE RIVAGE - 75.00€</p> <p>Grenouilles à la persillade comme en Dombes Paupiettes de carrelet farcies au saumon fumé, risotto vert à la ricotta Baba au rhum, Crème Chantilly</p> <p>Techniques : Réaliser une persillade, former et farcir une paupiette, réaliser sauce au vin blanc, cuire un risotto, réaliser une pâte à savarin et une chantilly A emporter</p> 	<p>18</p> <p>de 19:00 à 21:00 : ATELIER DECOUVERTE - UNE FIN D'ETE - 55.00€</p> <p>Pavé de saumon en basse température, sauce marinière safranée, riz sauvage aux petits légumes Macarons choco-passion</p> <p>Techniques : Cuire en basse température, cuire des coquillages, tailler une brunoise, réaliser des coques de macarons et une ganache A emporter</p> 	<p>25</p>	

PLANNING SEPTEMBRE

Samedi

5

de 09:30 à 12:30 : ATELIER
IMMERSION - UNE FIN D'ETE -
75.00€

Compression d'aubergines au fromage frais, pesto de tomates confites

Pavé de saumon en basse température, sauce marinière safranée, riz sauvage aux petits légumes

Macarons choco-passion

Techniques : Réaliser un caviar d'aubergines et un pesto, cuire en basse température, cuire des coquillages, tailler une brunoise, réaliser des coques de macarons et une ganache

A déguster sur place ou à emporter



12

de 09:30 à 12:30 : ATELIER
IMMERSION - SUR LE RIVAGE -
75.00€

Grenouilles à la persillade comme en Dombes

Paupiettes de carrelet farcies au saumon fumé, risotto vert à la ricotta

Baba au rhum, Crème Chantilly

Techniques : Réaliser une persillade, former et farcir une paupiette, réaliser sauce au vin blanc, cuire un risotto, réaliser une pâte à savarin et une chantilly

A déguster sur place ou à emporter



19

de 14:00 à 16:00 : ATELIER
DECOUVERTE - UNE FIN D'ETE -
55.00€

Pavé de saumon en basse température, sauce marinière safranée, riz sauvage aux petits légumes

Macarons choco-passion

Techniques : Cuire en basse température, cuire des coquillages, tailler une brunoise, réaliser des coques de macarons et une ganache
A emporter



26

de 09:30 à 12:30 : ATELIER
IMMERSION - SUR LE RIVAGE -
75.00€

Grenouilles à la persillade comme en Dombes

Paupiettes de carrelet farcies au saumon fumé, risotto vert à la ricotta

Baba au rhum, Crème Chantilly

Techniques : Réaliser une persillade, former et farcir une paupiette, réaliser sauce au vin blanc, cuire un risotto, réaliser une pâte à savarin et une chantilly

A déguster sur place ou à emporter



de 14:00 à 16:00 : ATELIER
DECOUVERTE- SUR LE RIVAGE -
55.00€

Grenouilles à la persillade comme en Dombes

Paupiettes de carrelet farcies au saumon fumé, risotto vert à la ricotta

Techniques : Réaliser une persillade, former et farcir une paupiette, réaliser sauce au vin blanc, cuire un risotto

A emporter



PLANNING OCTOBRE

	SEMAINE 40	SEMAINE 41	SEMAINE 42	SEMAINE 43	SEMAINE 44
Lundi		5	12	19 de 14:30 à 16:30 : ATELIER ENFANT 33€ LE COURS OU 75€ LES 3 JOURS CONSECUTIFS - 33.00€ Tarte tatin, sauce caramel beurre salé Tartare de saumon à la suédoise A emporter	26 de 14:30 à 16:30 : ATELIER ENFANT 33€ LE COURS OU 75€ LES 3 JOURS CONSECUTIFS - 33.00€ Tarte tatin, sauce caramel beurre salé Tartare de saumon à la suédoise A emporter
Mardi		6	13	20 de 14:30 à 16:30 : ATELIER ENFANT 33€ LE COURS OU 75€ LES 3 JOURS CONSECUTIFS - 33.00€ Pannacotta cuite aux fruits d'automne Ballotines de volaille aux herbes A emporter	27 de 14:30 à 16:30 : ATELIER ENFANT 33€ LE COURS OU 75€ LES 3 JOURS CONSECUTIFS - 33.00€ Pannacotta cuite aux fruits d'automne Ballotines de volaille aux herbes A emporter
Mercredi		7	14	21 de 14:30 à 16:30 : ATELIER ENFANT 33€ LE COURS OU 75€ LES 3 JOURS CONSECUTIFS - 33.00€ Macarons à la fraise tagada Crème anglaise A emporter	28 de 14:30 à 16:30 : ATELIER ENFANT 33€ LE COURS OU 75€ LES 3 JOURS CONSECUTIFS - 33.00€ Macarons à la fraise tagada Crème anglaise A emporter
Vendredi	2 de 14:00 à 16:00 : SAISON CULINAIRE - ROSSINI SUR ABONNEMENT Soupe de poisson, rouille maison Velouté de coquillages au safran	9 de 14:00 à 16:00 : ATELIER DECOUVERTE- SUR LE RIVAGE - 55.00€ Grenouilles à la persillade comme en Dombes Paupiettes de carrelet farcies au saumon fumé, risotto vert à la ricotta Techniques : Réaliser une persillade, former et farcir une paupiette, réaliser sauce au vin blanc, cuire un risotto A emporter  de 19:30 à 21:30 : SAISON CULINAIRE - ESCOFFIER SUR ABONNEMENT Soupe de poisson, rouille maison Velouté de coquillages au safran	16 de 14:00 à 17:00 : ATELIER SOIREE - INSPIRATIONS SCANDINAVES - 75.00€ Saumon gravlax aux baies roses, crème onctueuse au citron vert Tourte feuilletée au canard confit, échalotes et champignons d'automne. Crème caramel Techniques : cuire du saumon par le sel, monter une chantilly salée, réaliser une pâte feuilletée, réaliser un caramel A emporter  de 19:30 à 21:30 : SAISON CULINAIRE PATISserie - SUR ABONNEMENT Tarte au chocolat Tarte au citron meringuée	23 de 14:00 à 17:00 : ATELIER A THEME - SPECIAL GASTRONOMIE LYONNAISE - 75.00€ SPECIAL GASTRONOMIE LYONNAISE Gâteau de foie de volaille, sauce mère Quenelles, sauce financière Tarte Praline Techniques : Réaliser, mouler, pocher et cuire des quenelles, réaliser une béchamel, réaliser une pâte brisée, cuire un flan A emporter 	30 de 14:00 à 17:00 : ATELIER SOIREE - FUMET D'AUTOMNE - 75.00€ Véritable soufflé au comté Sanglier en civet « revisité », sauce douce aux baies rouges, Dauphinois de légumes oubliés Délicieuse Tarte tatin, sauce caramel beurre salé Techniques : cuire une béchamel, incorporer des blancs en neige, mariner du gibier, réaliser une pâte brisée et un caramel A emporter 

PLANNING OCTOBRE

Samedi

3

de 10:00 à 12:00 : ATELIER PARENT-ENFANT EN DUO - 75€ PAR DUO - 37.50€

Verrines à la provençale
Semi-freddo aux amandes
caramélisées

A emporter



de 14:00 à 16:00 : SAISON CULINAIRE - ROSSINI BIS SUR ABONNEMENT

Soupe de poisson, rouille maison
Velouté de coquillages au safran

10

de 10:00 à 12:00 : SAISON CULINAIRE - DUBARRY SUR ABONNEMENT

Soupe de poisson, rouille maison
Velouté de coquillages au safran

17

de 09:30 à 12:30 : ATELIER IMMERSION - INSPIRATIONS SCANDINAVES - 75.00€

Saumon gravlax aux baies roses,
crème onctueuse au citron vert
Tourte feuilletée au canard
confit, échalotes et
champignons d'automne.
Crème caramel

Techniques : cuire du saumon par le sel, monter une chantilly salée, réaliser une pâte feuilletée, réaliser un caramel

A déguster sur place ou à emporter

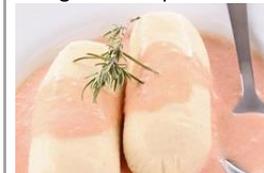


24

de 09:30 à 12:30 : ATELIER A THEME - SPECIAL GASTRONOMIE LYONNAISE - 75.00€

SPECIAL GASTRONOMIE LYONNAISE
Gâteau de foie de volaille, sauce madère
Quenelles, sauce financière
Tarte Praline

Techniques : Réaliser, mouler, pocher et cuire des quenelles, réaliser une béchamel, réaliser une pâte brisée, cuire un flan
A déguster sur place ou à emporter



de 14:00 à 16:00 : ATELIER DECOUVERTE- SPECIAL PATISSERIE - 55.00€

Tarte briochée au sucre de Pérourges
Eclairs au chocolat

Techniques : Réaliser une pâte à brioche, réaliser une pâte à chou, réaliser une crème pâtissière, faire du fondant
A emporter



31

de 14:00 à 16:00 : ATELIER DECOUVERTE - FUMET D'AUTOMNE - 55.00€

Sanglier en civet « revisité »,
sauce douce aux baies rouges,
Dauphinois de légumes oubliés
Délicieuse Tarte tatin, sauce
caramel beurre salé

Techniques : mariner du gibier, réaliser une pâte brisée et un caramel

A emporter



PLANNING NOVEMBRE

	SEMAINE 45	SEMAINE 46	SEMAINE 47	SEMAINE 48	SEMAINE 49
Vendredi	<p>6</p> <p>de 14:00 à 16:00 : SAISON CULINAIRE ROSSINI - SUR ABONNEMENT</p> <p>Pâte feuilletée de A à Z Tourte aux champignons et foie de volaille</p> <p>de 19:00 à 21:00 : ATELIER DECOUVERTE - FUMET D'AUTOMNE - 55.00€</p> <p>Sanglier en civet « revisité », sauce douce aux baies rouges, Dauphinois de légumes oubliés Délicieuse Tarte tatin, sauce caramel beurre salé</p> <p>Techniques : mariner du gibier, réaliser une pâte brisée et un caramel A emporter</p> 	<p>13</p> <p>de 19:30 à 21:30 : SAISON CULINAIRE ESCOFFIER - SUR ABONNEMENT</p> <p>Pâte feuilletée de A à Z Tourte aux champignons et foie de volaille</p>	<p>20</p> <p>de 14:00 à 17:00 : ATELIER SOIREE - INSPIRATIONS SCANDINAVES - 75.00€</p> <p>Saumon gravlax aux baies roses, crème onctueuse au citron vert Tourte feuilletée au canard confit, échalotes et champignons d'automne. Crème caramel</p> <p>Techniques : cuire du saumon par le sel, monter une chantilly salée, réaliser une pâte feuilletée, réaliser un caramel A emporter</p>  <p>de 19:30 à 21:30 : SAISON CULINAIRE PATISSERIE - SUR ABONNEMENT</p> <p>Macarons au caramel beurre salé Macarons à la rose</p>	<p>27</p>	

PLANNING NOVEMBRE

Samedi

7

de 10:00 à 12:00 : ATELIER PARENT-ENFANT - 75€ PAR DUO - 37.50€

Pannacotta cuite aux fruits d'automne

Ballotines de volaille aux herbes
A emporter



de 14:00 à 16:00 : SAISON CULINAIRE ROSSINI BIS - SUR ABONNEMENT

Pâte feuilletée de A à Z

Tourte aux champignons et foie de volaille

14

de 10:00 à 12:00 : SAISON CULINAIRE DUBARRY - SUR ABONNEMENT

Pâte feuilletée de A à Z

Tourte aux champignons et foie de volaille

21

de 09:30 à 12:30 : ATELIER A THEME - SUSHIS EN FOLIE - 75.00€

Maki et Nigiri à composer et à parfumer selon vos envies

Techniques : cuire du riz à sushis, farcir et rouler des sushis, cuire des crevettes, découper du poisson, tailler des légumes.

A déguster sur place ou à emporter



de 14:00 à 16:00 : ATELIER DECOUVERTE - INSPIRATIONS SCANDINAVES - 55.00€

Saumon gravlax aux baies roses, crème onctueuse au citron vert

Tourte feuilletée au canard confit, échalotes et champignons d'automne.

Techniques : cuire du saumon par le sel, monter une chantilly salée, réaliser une pâte feuilletée,
A emporter



28

de 09:30 à 12:30 : ATELIER IMMERSION - DOUCEURS D'HIVER - 75.00€

Roulade de chou farci au parmesan

Volaille façon « coq au vin », garniture bourguignonne et tagliatelles maison

Pavlova aux fruits exotiques

Techniques : Blanchir et farcir un légume, glacer des légumes, réaliser des pâtes « maison », réaliser une meringue et une chantilly

A déguster sur place ou à emporter



de 14:00 à 16:00 : ATELIER DECOUVERTE - DOUCEURS D'HIVER - 55.00€

Volaille façon « coq au vin », garniture bourguignonne et tagliatelles maison

Pavlova aux fruits exotiques

Techniques : Blanchir et farcir un légume, glacer des légumes, réaliser des pâtes « maison »

A emporter



PLANNING DECEMBRE

	SEMAINE 49	SEMAINE 50	SEMAINE 51	SEMAINE 52	SEMAINE 53
Lundi		7	14	21 de 14:30 à 16:30 : ATELIER ENFANT 33€ LE COURS OU 75€ LES 3 JOURS CONSECUTIFS - 33.00€ Menu en cours d'élaboration A emporter	28
Mardi	1	8	15	22 de 14:30 à 16:30 : ATELIER ENFANT 33€ LE COURS OU 75€ LES 3 JOURS CONSECUTIFS - 33.00€ Menu en cours d'élaboration A emporter	29
Mercredi	2	9	16	23 de 14:30 à 16:30 : ATELIER ENFANT 33€ LE COURS OU 75€ LES 3 JOURS CONSECUTIFS - 33.00€ Menu en cours d'élaboration A emporter	30
Vendredi	4 de 14:00 à 17:00 : ATELIER SOIREE - FUMET D'AUTOMNE - 75.00€ Véritable soufflé au comté Sanglier en civet « revisité », sauce douce aux baies rouges, Dauphinois de légumes oubliés Délicieuse Tarte tatin, sauce caramel beurre salé Techniques : cuire une béchamel, incorporer des blancs en neige, mariner du gibier, réaliser une pâte brisée et un caramel A emporter 	11 de 14:00 à 17:00 : ATELIER SPECIAL FETES - 90.00€ Sabayon d'écrevisses à la truffe aux épices douces Jambonnette de pintade à la crème de morilles, mousseline de châtaignes et cardons à la moelle Bûche chocolat blanc Spéculoos, Meringue italienne Techniques : Monter un sabayon salé, châtrer des écrevisses, désosser une cuisse de pintade, réaliser un croustillant, réaliser une meringue italienne, utiliser une poche pâtissière A emporter 	18 de 19:00 à 21:00 : ATELIER A THEME - SPECIAL FOIE GRAS 90€ par pers ou 150€ en Duo - 90.00€ Apprenez à éveiner un lobe de foie-gras entier et remportez-le dans sa terrine en porcelaine (10-12 parts) Dégustation de foie-gras poêlé avec du vin Techniques : Eveiner un foie, l'assaisonner, le cuire, contrôler la température 	25	

PLANNING DECEMBRE

Samedi

5

de 09:30 à 12:30 : ATELIER
IMMERSION - DOUCEURS D'HIVER -
75.00€

Roulade de chou farci au parmesan
Volaille façon « coq au vin »,
garniture bourguignonne et
tagliatelles maison
Pavlova aux fruits exotiques

Techniques : Blanchir et farcir un
légume, glacer des légumes, réaliser
des pâtes « maison », réaliser une
meringue et une chantilly

A déguster sur place ou à emporter



de 14:00 à 16:00 : ATELIER PARENT-
ENFANT - 75€ PAR DUO - 37.50€

Macarons à la fraise tagada
Crème anglaise
A emporter



12

de 09:30 à 12:30 : ATELIER SPECIAL
FETES - 90.00€

Sabayon d'écrevisses à la truffe aux
épices douces
Jambonnette de pintade à la crème
de morilles, mousseline de
châtaignes et cardons à la moelle
Bûche chocolat blanc Spéculoos,
Meringue italienne

Techniques : Monter un sabayon
salé, châtrer des écrevisses,
désosser une cuisse de pintade,
réaliser un croustillant, réaliser une
meringue italienne, utiliser une
poche pâtissière

A déguster sur place ou à emporter



de 14:00 à 17:00 : ATELIER SPECIAL
FETES - 90.00€

Sabayon d'écrevisses à la truffe aux
épices douces
Jambonnette de pintade à la crème
de morilles, mousseline de
châtaignes et cardons à la moelle
Bûche chocolat blanc Spéculoos,
Meringue italienne

Techniques : Monter un sabayon
salé, châtrer des écrevisses,
désosser une cuisse de pintade,
réaliser un croustillant, réaliser une
meringue italienne, utiliser une
poche pâtissière
A emporter



19

de 10:00 à 12:00 : ATELIER A
THEME - SPECIAL FOIE GRAS 90€
par pers ou 150€ en Duo - 90.00€

Apprenez à éveiner un lobe de foie-
gras entier et remportez-le dans sa
terraine en porcelaine (10-12 parts)
Dégustation de foie-gras poêlé avec
du vin

Techniques : Eveiner un foie,
l'assaisonner, le cuire, contrôler la
température



26