

UNE JOURNÉE CUISINE AVEC LE TOFU 豆腐

dans l'esprit de la diététique chinoise

animé par Antoine Wegmüller



Programme

- Le tofu, comment c'est fait ? vertus et principes de fabrication
- Classification et propriétés des aliments (tempérament, saveur, tropisme)
- Physiologie de la digestion en médecine chinoise
- Notions de Yang Sheng 养生, entretien du principe vital
- Pratique en cuisine et dégustation (plus de 60% du temps de stage)

Dates, horaires, prix et lieu

dimanche 11 novembre 2018, de 10h à 17h (7 heures de cours)

cuisine chez Sandra LIZZIO, Grande Rue 43 - 2316 Les Ponts-de-Martel

Prix Fr. 150.- la journée (cours, repas/dégustations et support inclus)

Renseignement, inscription : Peggy Déjardin – 078 861 10 13 – jardiny@gmail.com

Public et objectifs du cours

Ce module est destiné aux amateurs de cuisine d'ici et d'ailleurs et qui souhaitent se familiariser avec cet aliment qui a parfois la réputation d'être un peu austère.

Intervenant

Le cours sera animé par Antoine Wegmüller, praticien de médecine chinoise, installé à Lausanne depuis 2002 ; thérapeute agréé APTN, RME, ASCA, membre FMC et fondateur du label « Chaudron Joyeux »

