

# ■■ JOURNÉES D'EXCEPTION 2026 ■■

## ■ Alimentation Vivante – Créativité, saveurs & vitalité ! ■

■■ Dimanche 1 mars – Les desserts : Tarte au chocolat, tarte au caramel, boules d'énergie, pralines chocolat-caramel.

■■ Dimanche 29 mars – La lacto-fermentation : choucroute, kimchi, fromages de noix.

■■ Dimanche 26 avril – Entrées & sauces : chou-carotte sauce moutarde, salade à l'indienne, sauce cajou, salade thaï.

■■ Dimanche 31 mai – Petit-déjeuners & oléagineux : laits végétaux, granolas.

■■ Dimanche 28 juin – La germination : graines germées, jeunes pousses, jus verts, soupes crues.

■■ Dimanche 27 septembre – Les plats : champignons farcis, burgers d'oléagineux, spaghettis aux trois pesto.

■■ Dimanche 25 octobre – Les mises en bouche : rouleaux de printemps, makis de nori, betteraves à la ricotta végétale, roulades de courgettes.

## ■ Horaires : 10h – 14h

## ■ Tarif : 95 € par atelier

■ Ambiance conviviale • Dégustations gourmandes • Partages inspirants • Doggy-bag inclus ■

■ Repartez avec vos créations et plein d'idées pétillantes ! ■