

Deux découvertes :

La cuisine originale, saine et préventive selon la naturopathie !

Ou comment (re)découvrir le plaisir de cuisiner et de manger en se faisant plaisir tout en préservant son bien-être global et sa vitalité.

Les accords thés et fromages surprennent et subliment !

Ou comment (re)découvrir **les fromages de Franche-Comté** (Comté / Morbier / Bleu de Gex / Cancoillotte) au travers d'une **dégustation avec les thés «de jardin»** préparés selon les traditions asiatiques.

Deux animateurs :

Sophie Pilliat est **naturopathe diplômée** depuis 2014.

Elle consulte au centre ville de Besançon et anime des ateliers culinaires végétariens associant naturopathie et pratique en cuisine.

«J'ai grand plaisir à vous faire découvrir **au fil des ateliers**, une cuisine saine et pleine de saveurs, une cuisine plaisir et **santé durable**»

Bernie a créé en 2012 une «**maison de thé**» à Belfort.

Il sélectionne personnellement les thés de jardin issus majoritairement de petites productions.

«Je suis tout particulièrement attaché à faire découvrir **le thé, son art et sa voie.** »

Un atelier : 4 personnes, sur réservation uniquement

Une date : **TOUS** les dimanches en **Juillet, Août et Septembre 2018**

Une durée : de **10h00 à 14h00** (le temps de la convivialité!)

Un prix : **45 €**/ personne (lancement estival)

Un lieu : **Ma Naturo Cuisine** 97, grande rue –25000 Besançon

Un numéro : 06.76.83.46.48

En partenariat avec :



Nos offres à découvrir également sur
www.lesthesdebernie.com