

**Rennes-Chine**  
**17 C, rue de Brest**  
**35000 Rennes**

**Contact :** [association-rennes-chin@orange.fr](mailto:association-rennes-chin@orange.fr)  
Tél. 02 99 84 02 33 – [www.rennes-chine.fr](http://www.rennes-chine.fr)



## En chinois ou en français, découverte de la cuisine chinoise



Introduction à la cuisine Chinoise avec Ming Tong originaire du Nord Est de la Chine. "Manger sainement des plats savoureux en respectant un équilibre pour le bien être du corps.", telle est sa devise.

Les cours ont lieu à la Maison de Quartier Francisco Ferrer, 40 rue Montaigne.

**Tarif de la séance : 25€ la séance + adhésion à l'association**

<p>« découverte de la cuisine chinoise » groupe 1 Sauté de filet mignon de porc aux fleurs de lys et champignon noir/Salade de Tofu Nems/Salade de pousse de soja aux vermicelles Radis blanc aux boulettes de porc/Santé de fenouil aux petit légumes</p>	<p><b>Lundi de 10h à 13h</b> 7 Octobre  18 Novembre 9 Décembre</p>
<p>« découverte de la cuisine chinoise » groupe 2 Ravioli chinois traditionnel (cuisson à l'eau) Sauté de poulet "arc en ciel"/Sauté d'oignons rose aux œufs Tofu au bœuf/Salade d'endives aux graines de sésames</p>	<p><b>Lundi de 10h à 13h</b> 13 Janvier 9 Mars 6 Avril</p>
<p>« découverte de la cuisine chinoise » groupe 3 Boite d'aubergine aux porc/Tomate aux œufs et poivrons Ravioli fait main cuisson vapeur Travers de porc à la sauce aigre douce/Sauté de porc au céleri</p>	<p><b>Samedi de 10h30 à 13h30</b> 12 Octobre 9 Novembre 11 Janvier</p>
<p>« immersion en chinois » groupe 4 Wraps (Garniture: Poulet, pousse de soja, vermicelle) le plat sera choisi en fonction des aliments de saison</p>	<p><b>Samedi de 10h30 à 13h30</b> 18 Janvier 2 autres dates à définir</p>

► **Tarif pour un groupe de 3 cours (au choix) : 60€ + adhésion à l'association**