

Initiation à la cuisine et à la culture Catalane et Espagnole



ESCOLA CUINA
BOQUERIA

COURS 2019-2020



Nous vous présenterons et vous initierons à la cuisine traditionnelle Catalane et Espagnole

L'Ecole de Cuisine Boqueria vous propose des cours de cuisine pour amateurs, pour pouvoir vous faire découvrir, observer et faire l'expérience des aliments.

Au cours des ateliers, nous expliquons la provenance des aliments, leurs particularités, les différentes variétés ainsi que leur saisonnalité.

Chaque cours suivra tout le processus du "marché à l'assiette", provoquant une multitude de sensations. Vous découvrirez et vivrez nos traditions de façon décontractée, mais dans une vraie cuisine professionnelle!



Résumé du déroulement de l'atelier

- Accueil
- Explication de l'histoire du Marché
- Visite du marché
- Découverte des produits et des ses différentes variétés
- Retour en cuisine
- Breve explication des recettes à réaliser
- Préparation et réalisation des recettes
- Mise en assiette des mets cuisinés
- Dégustation de tout ce qui a été fait lors de l'atelier
- Remise en ordre de la cuisine
- Conclusion finale: résumé de l'expérience vécue, sensations, bilan, commentaires...
- Départ

Directrice Eulàlia Fargas

Informations barcelona@EscuelaCocinaBoqueria.com

Téléphone +34 616 976 893

Inscriptions remplir le formulaire sur notre page web

Langues des ateliers Catalan, Espagnol, Français, Anglais (la présence d'un interprète est nécessaire pour l'Anglais)

Observations il faut réserver à l'avance, et la réservation n'est effective qu'après le paiement par virement bancaire

Nombre de personnes par atelier un minimum de 25, et un maximum de 30

Nombre de personnes par conférence minimum de 25, maximum de 40

Jour les mercredis

Horaires (au choix un ou plusieurs) le matin, en mi journée, en après- midi, ou en soirée

Lieu Ecole de Cuisine du Marché de la Boqueria, 3eme étage du bâtiment de direction du Marché

Durée de l'activité

- 1h – visite et présentation du Marché
- 1:30h – conférence et dégustation de produits
- 2h – atelier et dégustation
- 3h – atelier et repas complet
- 3h – visite et présentation du Marché, atelier et dégustation
- 4h – visite et présentation du Marché, atelier et repas complet

Prix par personne

- 6 € – visite et présentation du marché (minimum 90€)
- 18 € – conférence et dégustation de produits
- 28 € – atelier et dégustation
- 34 € – visite et présentation du Marché, atelier et dégustation
- 44 € – atelier et repas complet
- 50 € – visite et présentation du Marché, atelier et repas complet



PROGRAMME

Choisir : un mercredi (matin/ mi-journée/ après-midi / soirée), le thème et la durée de l'activité désirée.

Conférences et dégustation de produits

- Le monde de l'olive, l'olivier et l'huile
- À propos de la cuisine catalane

Ateliers de cuisine traditionnelle. Dégustation et/ou repas

- FRUITS : nous cuisinerons des pommes fourrées à la viande et petits gâteaux de ricotta
- LÉGUMES : épinards avec pignons et raisins secs, et poires au vin
- POISSON : sardines panées et Escalivada (aubergines, poivrons rouge et oignons cuits au four)
- VIANDE : poulet aux prunes et pignons, et aubergines panées
- LES PÂTES : Fideuà (vermicelles cuits dans un bouillon de poisson avec sèche et fruits de mer) et légumes braisés avec sauce Romesco
- LES OEUFES : omelettes de : pommes de terre, pommes de terre et chorizo, aubergines, pain à la tomate
- LES TAPAS : 6 tapas différents: patatas bravas (pomme de terres en cube, frites à l'huile d'olive et ail), friture de petits poissons, mini-hamburgers à l'oignon confit, aubergines panées, pimientos "del Piquillo" (petits piments verts frits) au fromage de chèvre, "sobrasada" (saucisse épicée de Mallorca) et oeufs de caille
- PAELLA : nous réaliserons une paella de viande et poisson

Et vous pourrez même boire au "porron", ustensile traditionnel catalan.

Si vous le désirez, vous pouvez aussi nous proposer d'autres thèmes, pour toute suggestion adressez vous aux membres de notre équipe.

MENUS. Atelier + déjeuner, ou atelier + dîner

Tradition Catalane, Espagnole

- Salteado de setas (*Sauté de champignons*)
- Pollo al Ajillo (*Poulet sauce à l'ail*)
- Peras al vino (*Poires au vin*)

Cuisine d'automne Catalane

- Sopa de setas (*Soupe de champignons*)
- Arroz de montaña (*plat de riz viande et légumes*)
- Crema catalana (*Crème brûlée catalane*)

Tradition Catalane, Valencienne

- Ensalada de escarola con granada (*Salade de scarole et grenade*)
- Paella mar y montaña (*paella de viande et poisson*)
- Helado de Turrón (*Glace au nougat*)

Tradition de Galice, Catalogne

- Tortillas de patatas con chorizo (*Omelette de pommes de terre et chorizo*)
- Vegetales con romesco (*Légumes grillés accompagnés de sauce Romesco*)
- Carquinyolis (*biscuits croquants aux amandes*)

Tradition Catalane

- Ensalada Xató (*salade frisée avec morue, et sauce Romesco*)
- Arroz caldoso (*plat de riz en cocotte*)
- Coca chicharrones (*dessert traditionnel de carnaval*)

Tradition de Catalogne, Valence et Cordoue

- Espinacas con pasas y piñones (*Epinards aux raisins secs et pignons*)
- Fideuà (*pâtes mijotées avec fruits de mer*)
- Rosquillas (*petit gâteau traditionnel de Cordoue*)

Tradition Galicienne, Valencienne et Catalane

- Pimientos de Padrón (*petits piments verts frits*)
- Paella Valenciana
- Mel i mató (*fromage frais de vache et miel*)

Tradition Andalouse, Catalane et Espagnole

- Pescadito frito (*petits poissons frits*)
- Arroz negro (*riz à l'encre de sèche*)
- Torrijas (*pain perdu*)

Tradition de Mallorca, Madrid et Espagne

- Trempó (*salade de tomates, oignons et piment vert*)
- Huevos estrellados (*oeufs frits avec pommes de terre*)
- Queso con membrillo (*fromage et pâte de coing*)

Tradition Andalouse, Catalane et Valencienne

- Gazpacho (*soupe froide*)
- Berenjenas rellenas (*aubergines fourrées*)
- Horchata (*boisson de souchet*)

Eau et vins sont inclus dans le menu. Et vous pourrez même boire au "porron".

Si vous désirez choisir un menu différent, adressez vous aux responsables de l'école qui seront à votre écoute pour toute suggestion.

