



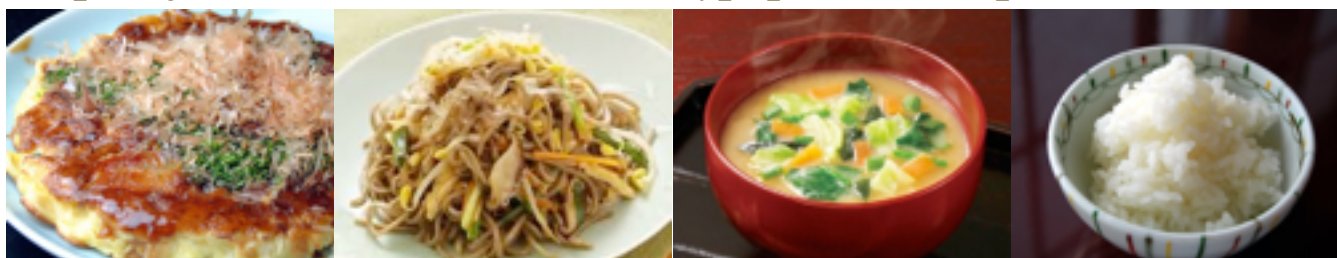
Programme de cuisine familiale

Familiale: durée 3h / baguettes offertes
adhérent 40€ non adhérent 45€

Okonomiyaki

Nombre d'élèves : de 2 à 6 personnes

1er plus forte demande 2011-2015 Typiquement de plat d'OSAKA



Plat : Okonomi yaki (3 sortes) et Yaki soba (nouilles sautées)

Soupe : Soupe de miso

Riz : Riz nature

* possibilité de faire un plat végétarien, sans porc, sans fruit de mer sur demande

Oden

Nombre d'élèves : de 2 à 6 personnes

Typiquement cuisine populaire d'hiver



Entrée : Chawan mushi (flan chaud : poulet et fruit de mer)

Plat : Oden (plat mijoté avec légumes et neri mono)

Riz : Onigiri

* possibilité de faire un plat végétarien sur demande

Onigiri Bentou

Nombre d'élèves : de 2 à 6 personnes

Ideal pour bento et Pick-nique



Plat : Omelette maki

Lardon maki (asperge , champignon et lardon) et

Niku miso (porc et boeuf avec miso)

Riz : Onigiri (onigiri , yaki onigiri)

* possibilité de faire un plat végétarien sur demande

Kakiage

Nombre d'élèves : de 2 à 6 personnes

Tempura façon familiale



Entrée : Salade (sauce : base de pâte de soja)

Plat : Kakiage (légumes et fruit de mer)

Soupe : Udon et Kakitama jiru

Riz : Riz nature et

Kakiage donburi (kakiage sur riz nature avec sauce spécial)

* possibilité de faire un plat végétarien, sans fruit de mer sur demande

Kara age

Nombre d'élèves : de 2 à 6 personnes

C'est difficile d'arrêter de manger



Entrée : Su no mono (salade avec vinaigre de riz)

Plat : Kara age (poulet et porc)

Soupe : Ton jiru (une sorte de soupe de miso avec porc)

Riz : Riz nature

* possibilité de faire un plat végétarien, avec poisson sans porc sur demande

Katsu et Oyako donburi

Nombre d'élèves : de 2 à 6 personnes

Roi de Donburi



Entrée : Goma ae (salade avec sésame)

Plat : Katsu donburi (porc pané et omelette sur riz nature) et

Oyako donburi (poulet et omelette sur riz nature)

Soupe : Udon et Kakitama jiru

* possibilité de faire un plat végétarien, sans porc, avec poisson sur demande

Gyoza

Nombre d'élèves : de 2 à 7 personnes

2ème plus forte demande 2011-2015 On l'adore!



Entrée : Salade (sauce : base de sauce soja)

Plat : Gyoza (20 pièces : légumes, porc et boeuf et fruit de mer)

Soupe : Soupe de miso

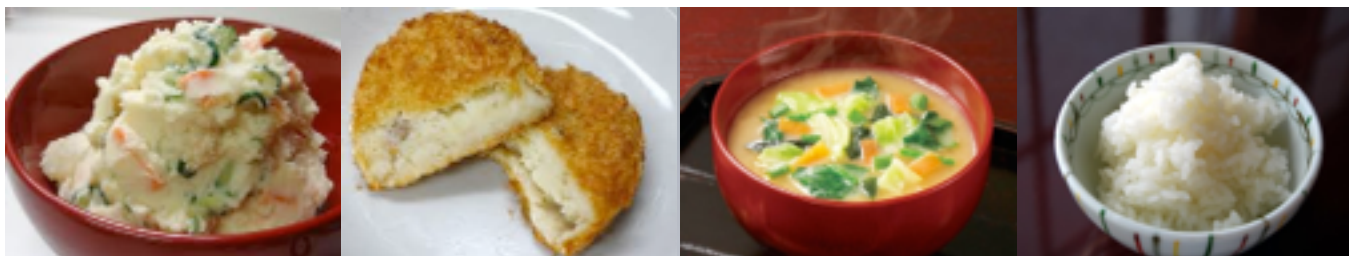
Riz : Riz nature

* possibilité de faire un plat végétarien, sans porc, sans fruit de mer sur demande

Korokke

Nombre d'élèves : de 2 à 6 personnes

Croquette l'origine Française adapter par la cuisine japonaise



Entrée : Salade de pomme de terre

Plat : Korokke (pané de pomme de terre avec boeuf)

Soupe : Soupe de miso

Riz : Riz nature

* possibilité de faire un plat végétarien sur demande

Syabu syabu

Nombre d'élèves : de 2 à 8 personnes

Plat convivial et diététique



Entrée : Hiya syabu (boeuf et porc : total 200g) avec 2sauces japonaises

Plat : Syabu syabu (boeuf et porc : total 200g) avec 2sauce japonaises

Riz : Ojiya (risotto)

* possibilité de faire un plat végétarien, sans porc sur demande

Sukiyaki

Nombre d'élèves : de 2 à 8 personnes

Plat convivial et fondue luxe



Entrée : Asa tsuke mono (légumes marines)

Plat : Sukiyaki (fondue avec boeuf et légume : viande total 200g)

Riz : Riz grille Udon grille

* possibilité de faire un plat végétarien sur demande

Tsukune

Nombre d'élèves : de 2 à 6 personnes

C'est un sort de YAKITORI



Entrée : Iri tamago avec Tofu et légume (un sort d'omelette)

Plat : Tsukune (comme brochette avec poulet et boeuf)

Soupe : Soupe de miso

Riz : Riz nature

* possibilité de faire un plat végétarien sur demande

Teriyaki

Nombre d'élèves : de 2 à 6 personnes

Base de cuisine japonaise traditionnelle



Entrée : Omelette japonaise et Dashi maki

**Plat : Teri yaki (comme brochette) et
Porc au gingembre (poulet, porc total 400g)**

Soupe : Soupe de miso

Riz : Riz nature

** possibilité de faire un plat végétarien, sans porc ou avec poisson sur demande*

Niku jyaga

Nombre d'élèves : de 2 à 8 personnes

*Dicton : qui reussit le NIKU JYAGA peut se marier!
qui ne reussit pa ne se marie pas!*



Entrée : Su miso ae (salade avec pâte de soja et vinaigre de riz)

Plat : Niku jyaga (boeuf et pomme de terre)

Soupe : Soupe de miso

Riz : Onigiri

** possibilité de faire un plat végétarien sur demande*

Hamburg

Nombre d'élèves : de 2 à 6 personnes

1er plat japonais le plus aime des japonais



Entrée : Salade de pâte

Plat : Hamburg (boeuf et porc façon à la japonaise)

Soupe : Soupe de miso

Riz : Riz nature

** possibilité de faire un plat végétarien, sans porc sur demande*

Hijiki

Nombre d'élèves : de 2 à 8 personnes

Goût authentique de maman



Entrée : Ohitashi (salade traditionnelle japonaise)

Plat : Hijiki (plat mijoté avec l'algue Hijiki, légumes et poulet)

Soupe : Soupe de miso

Riz : Riz nature

* possibilité de faire un plat végétarien sur demande

Miso tsuke yaki

Nombre d'élèves : de 2 à 6 personnes

L'utilisation de MISO (pâte de soja) c'est idéal



Entrée : Nuka tsuke mono (légumes marines)

Plat : Miso tsuke yaki (poulet et porc : total)

Soupe : Ton jiru (une sorte de soupe de miso avec porc)

Riz : Yaki onigiri

* possibilité de faire un plat végétarien, sans porc ou avec poisson sur demande

Misoni et Onigiri

Nombre d'élèves : de 2 à 6 personnes

Goût de maman avec poisson



Plat : Misoni (mijoter avec poisson et pâte de soja)

Soupe : Soupe de miso

Riz : Onigiri avec prune etc,,,

* possibilité de faire un plat végétarien ou avec la viande sur demande

Yakiniku donburi

Nombre d'élèves : de 2 à 6 personnes

Barbecue façon japonais



Entrée : Wakame salade

Plat : Yakiniku et Yakiniku donburi (boeuf sur riz nature)

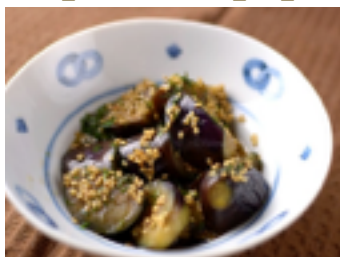
Soupe : Soupe de miso

* possibilité de faire un plat végétarien sur demande

Gyu donburi

Nombre d'élèves : de 2 à 6 personnes

Le plat très populaire



Entrée : Nasu nibitashi (aubergine)

Plat : Gyuniku donburi (boeuf sur riz nature)

Soupe : Soupe de miso

* possibilité de faire un plat végétarien sur demande

Shiitake Nikuzume

Nombre d'élèves : de 2 à 6 personnes

Shiitake: Champignon japonais farci C'est bon!



Entrée : Shira ae (salade avec tofu et miso)

Plat : Shiitake Nukuzume

Soupe : Soupe de miso

Riz : Riz nature

* possibilité de faire un plat végétarien sur demande



Programme de cuisine Sushi

Sushi et Maki : durée 2h / natte à sushi offerte
adhérent 40€ non adhérent 45€

Sushi et Maki

Nombre d'élèves : de 2 à 8 personnes

Préparation de sushi et maki façon japonaise



Démonstration : découpe du poisson et préparation du riz

Cours et dégustation : un bol de sashimi spécial, kakuni de thon

2 nigiri sushis, 2 rouleaux 18 pièces de maki- sushis,

1 rouleau 9 pièces de california-maki-sushis

** possibilité de faire un plat végétarien, sans poisson cru sur demande*

Initiation au sushi et cuisine familiale : sur demande

durée 2h / baguettes offertes / 40€

Sushi et cuisine familiale

Nombre d'élèves : à partir de 6 personnes

Préparation de sushi convivial

Idéal pour des enterrements de vie de jeune fille, anniversaire etc,,,



Démonstration : découpe du poisson et préparation du riz

Cours et dégustation : suno mono (salade avec vinaigre de riz)

**soupe de miso, nigiri sushis, gunkan-maki- sushis,
te-maki-sushi à volonté**