

PROGRAMME ATELIER DE CUISINE 2025



Février

Vendredi 14 février 2025

14h00 - 15h30

- Wok de Poulet au Basilic
- Soupe de Champignon à la Citronnelle

Vendredi 21 février 2025

14h00 - 15h30

- Pad Thai (Standard)
- Soupe de Champignon à la Citronnelle

Vendredi 28 février 2025

14h00 - 15h30

- Wok de Poulet au Basilic
- Soupe de Champignon à la Citronnelle

Samedi 15 février 2025

12h00 - 13h30

- Wok de Poulet au Basilic
- Soupe de Galanga au Poulet

14h30 - 16h

- Wok de Poulet au Basilic
- Soupe de Galanga aux champignons

Samedi 22 février 2025

12h00 - 13h30

- Canard au Curry Rouge
- Soupe de Galanga au Poulet

14h30 - 16h00

- Canard au Curry Rouge
- Soupe de Galanga aux champignons

Pour réserver les cours de cuisine contactez-nous au **+33 (0)4 78 39 34 72**. Les cours ont lieu à Bangrak Market, 10 rue Chavanne, 69001 Lyon. Les plats peuvent changer selon l'approvisionnement des ingrédients.

PROGRAMME ATELIER DE CUISINE 2025



Mars

Samedi 1 mars 2025

- 12h00 - 13h30
- Poulet au Curry Vert
- Soupe de Crevette à la Citronnelle
- 14h30 - 16h00
- Poulet au Curry Vert
- Soupe de Galanga aux champignons

Vendredi 7 mars 2025

- 14h00 - 15h30
- Porc au Curry Massaman
- Soupe de Champignon à la Citronnelle

Samedi 8 mars 2025

- 12h00 - 13h30
- Porc au Curry Massaman
- Soupe de Poulet à la Citronnelle
- 14h30 - 16h00
- Porc au Curry Massaman
- Soupe de Galanga aux champignons

Vendredi 14 mars 2025

- 14h00 - 15h30
- Wok de Poulet au Gingembre
- Soupe de Champignon à la Citronnelle

Samedi 15 mars 2025

- 12h00 - 13h30
- Wok de Poulet au Gingembre
- Soupe de Crevette à la Citronnelle
- 14h30 - 16h00
- Wok de Poulet au Gingembre
- Soupe de Galanga aux champignons

Vendredi 21 mars 2025

- 14h00 - 15h30
- Wok de Canard au Basilic
- Soupe de Champignon à la Citronnelle

Samedi 22 mars 2025

- 12h00 - 13h30
- Wok de Canard au Basilic
- Soupe de Crevette à la Citronnelle
- 14h30 - 16h00
- Wok de Canard au Basilic
- Soupe de Galanga aux champignons

Vendredi 28 mars 2025

- 14h00 - 15h30
- Pad Thai (Standard)
- Salade de Poulet à la Citronnelle

Samedi 29 mars 2025

- 12h00 - 13h30
- Pad Thai (Standard)
- Salade de Poulet aux Noix de Cajou
- 14h30 - 16h00
- Pad Thai (Standard)
- Salade de Porc Façon d'I-San

Avril

Vendredi 4 avril 2025

- 14h00 - 15h30
- Canard au Curry Vert
- Salade de Poulet à la Citronnelle

Vendredi 11 avril 2025

- 14h00 - 15h30
- Porc au Curry Paneang
- Salade de Poulet à la Citronnelle

Vendredi 18 avril 2025

- 14h00 - 15h30
- Wok de Porc au Poivre Vert
- Salade de Poulet à la Citronnelle

Vendredi 25 avril 2025

- 14h00 - 15h30
- Crevette au Basilic
- Salade de Poulet à la Citronnelle

Samedi 5 avril 2025

- 12h00 - 13h30
- Porc au Curry Paneang
- Salade de Crevettes aux noix de Cajou
- 14h30 - 16h00
- Porc au Curry Paneang
- Salade de Crevettes aux noix de

Samedi 12 avril 2025

- 12h00 - 13h30
- Pad Thai (Standard)
- Salade de Poulet aux Noix de Cajou
- 14h30 - 16h00
- Pad Thai (Standard)
- Salade de Porc Façon d'I-San

Samedi 19 avril 2025

- 12h00 - 13h30
- Wok de Poulet aux noix de Cajou
- Soupe de Galanga aux crevettes
- 14h30 - 16h00
- Wok de Crevette au Basilic
- Soupe de Galanga aux champignons

Samedi 26 avril 2025

- 12h00 - 13h30
- Wok de Poulet au Basilic
- Salade de Poulet à la Citronnelle
- 14h30 - 16h00
- Wok de Poulet au Basilic
- Salade de Poulet aux noix de Cajou

Pour réserver les cours de cuisine contactez-nous au **+33 (0)4 78 39 34 72**. Les cours ont lieu à Bangrak Market, 10 rue Chavanne, 69001 Lyon. Les plats peuvent changer selon l'approvisionnement des ingrédients.

PROGRAMME ATELIER DE CUISINE 2025



Pour réserver les cours de cuisine contactez-nous au **+33 (0)4 78 39 34 72**. Les cours ont lieu à Bangrak Market, 10 rue Chavanne, 69001 Lyon.
Les plats peuvent changer selon l'approvisionnement des ingrédients.

PROGRAMME ATELIER DE CUISINE 2025



Mai

Vendredi 2 mai 2025

14h00 - 15h30

- Wok de Poulet au Basilic
- Soupe de Champignon à la Citronnelle

Vendredi 9 mai 2025

14h00 - 15h30

- Wok de Poulet au Basilic
- Som-Tam de Papaye

Vendredi 16 mai 2025

14h00 - 15h30

- Wok de Poulet au Basilic
- Soupe de Champignon à la Citronnelle

Vendredi 23 mai 2025

14h00 - 15h30

- Wok de Poulet au Basilic
- Salade de porc citronnée

Samedi 3 mai 2025

12h00 - 13h30

- Wok de Poulet au Basilic
- Soupe de Galanga aux crevettes

14h30 - 16h00

- Wok de Poulet au Basilic
- Soupe de Galanga aux champignons

Samedi 10 mai 2025

12h00 - 13h30

- Wok de Poulet au Poivre Vert
- Som-Tam de Papaye

14h30 - 16h00

- Wok de Poulet au Gingembre
- Som-Tam de Papaye

Samedi 17 mai 2025

12h00 - 13h30

- Wok de Poulet aux noix de Cajou
- Soupe de Galanga aux crevettes

14h30 - 16h00

- Wok de Crevette au Basilic
- Soupe de Galanga aux champignons

Samedi 24 mai 2025

12h00 - 13h30

- Wok de Poulet au Poivre Vert
- Salade de porc citronnée

14h30 - 16h00

- Wok de Poulet au Gingembre
- Salade de porc citronnée

Juin

Vendredi 30 mai 2025

14h00 - 15h30

- Canard au Curry Rouge
- Soupe de Champignon à la Citronnelle

Vendredi 6 juin 2025

14h00 - 15h30

- Wok de Poulet au Basilic
- Som-Tam de Papaye

Vendredi 13 juin 2025

14h00 - 15h30

- Pad Thai (Standard)
- Salade de Poulet à la Citronnelle

Vendredi 20 juin 2025

14h00 - 15h30

- Canard au Curry Vert
- Salade de Poulet à la Citronnelle

Vendredi 27 juin 2025

14h00 - 15h30

- Wok de Poulet au Basilic
- Som-Tam de Papaye

Samedi 31 mai 2025

12h00 - 13h30

- Canard au Curry Rouge
- Soupe de Galanga aux crevettes

14h30 - 16h00

- Canard au Curry Rouge
- Soupe de Galanga aux champignons

Samedi 7 juin 2025

12h00 - 13h30

- Wok de Poulet au Basilic
- Som-Tam de fruits et légumes

14h30 - 16h00

- Wok de Poulet au Basilic
- Maa-Hor (Végé)

Samedi 14 juin 2025

12h00 - 13h30

- Pad Thai (Standard)
- Salade de Poulet au Noix de Cajou

14h30 - 16h00

- Pad Thai (Standard)
- Salade de Porc Façon D'T-San

Samedi 21 juin 2025

12h00 - 13h30

- Poulet au Curry Vert
- Salade de Crevette au Noix de Cajou

14h30 - 16h00

- Poulet au Curry Vert
- Salade de Porc Façon D'T-San

Samedi 28 juin 2025

12h00 - 13h30

- Wok de Poulet au Poivre Vert
- Som-Tam de Papaye Cajou

14h30 - 16h00

- Wok de Poulet au Gingembre
- Som-Tam de Papaye

Pour réserver les cours de cuisine contactez-nous au **+33 (0)4 78 39 34 72**. Les cours ont lieu à Bangrak Market, 10 rue Chavanne, 69001 Lyon.
Les plats peuvent changer selon l'approvisionnement des ingrédients.

PROGRAMME ATELIER DE CUISINE 2025



Juillet

Vendredi 4 juillet 2025

15h00 - 17h00
- Pad Thai (Standard)
- Som-Tam de Papaye

Vendredi 11 juillet 2025

15h00 - 17h00
- Canard au Curry Vert
- Salade de Poulet à la Citronnelle

Vendredi 18 juillet 2025

15h00 - 17h00
- Pad Thai (Standard)
- Som-Tam de Papaye

Vendredi 25 juillet 2025

15h00 - 17h00
- Wok de Poulet au Basilic
- Som-Tam de Papaye

Samedi 5 juillet 2025

12h00 - 13h30
- Pad Thai (Standard)
- Som-Tam de Papaye

14h30 - 16h00
- Pad Thai (Standard)
- Som-Tam de Papaye

Samedi 12 juillet 2025

12h00 - 13h30
- Poulet au Curry Vert
- Salade de Crevette aux noix de Cajou

14h30 - 16h00
- Poulet au Curry Vert
- Salade de Porc Façon DT-San

Samedi 19 juillet 2025

12h00 - 13h30
- Pad Thai (Standard)
- Soupe de Crevette à la Citronnelle

14h30 - 16h00
- Pad Thai (Standard)
- Soupe de Crevette à la Citronnelle

Samedi 26 juillet 2025

12h00 - 13h30
- Wok de Poulet au Basilic
- Salade de Poulet à la Citronnelle

14h30 - 16h00
- Wok de Poulet au Basilic
- Salade de Poulet aux noix de Cajou

Août

Vendredi 1 août 2025

14h00 - 15h30
- Wok de Poulet au Basilic
- Salade de bœuf citronnée

Vendredi 8 août 2025

14h00 - 15h30
- Pad Thai (Standard)
- Som-Tam de fruits et légumes

Vendredi 15 août 2025

14h00 - 15h30
- Sa-Tay de Poulet
et sa Sauce Cacahuète
- (Marinade de Sa-Tay
+ Sauce à la cacahuète)

Vendredi 22 août 2025

14h00 - 15h30
- Poulet au Curry Vert
- Salade de Canard au Tamarin

Vendredi 29 août 2025

14h00 - 15h30
- Pad Thai (Standard)
- Som-Tam de fruits et légumes

Samedi 2 août 2025

12h00 - 13h30
- Wok de Poulet au Poivre Vert
- Salade de bœuf citronnée

14h30 - 16h00
- Wok de Poulet au Gingembre
- Salade de bœuf citronnée

Samedi 9 août 2025

12h00 - 13h30
- Pad Thai (Standard)
- Salade de Poulet à la Citronnelle

14h30 - 16h00
- Pad Thai (Standard)
- Som-Tam de Papaye

Samedi 16 août 2025

12h00 - 13h30
- Pad Thai (Standard)
- Sauce de Pad Thai et les astuces

14h30 - 16h00
- Marinade de Porc au Tamarin
- (Marinade de Porc

Samedi 23 août 2025

12h00 - 13h30
- Poulet au Curry Vert
- Salade de Crevette aux Noix
de Cajou

14h30 - 16h00
- Poulet au Curry Vert

Samedi 30 août 2025

12h00 - 13h30
- Pad Thai (Standard)
- Salade de Poulet à la Citronnelle

14h30 - 16h00
- Pad Thai (Standard)
- Som-Tam de Papaye

Pour réserver les cours de cuisine contactez-nous au **+33 (0)4 78 39 34 72**. Les cours ont lieu à Bangrak Market, 10 rue Chavanne, 69001 Lyon.
Les plats peuvent changer selon l'approvisionnement des ingrédients.

PROGRAMME ATELIER DE CUISINE 2025



Septembre

Vendredi 5 septembre 2025

15h00 - 17h00

- Canard au Curry Rouge
- Soupe de Champignon à la Citronnelle

Vendredi 12 septembre 2025

15h00 - 17h00

- Wok de Crevette au Basilic
- Som-Tam de Papaye

Vendredi 19 septembre 2025

15h00 - 17h00

- Pad Thai (Standard)
- Salade de Poulet à la Citronnelle

Vendredi 26 septembre 2025

15h00 - 17h00

- Wok de Canard au Basilic
- Soupe de Champignon à la Citronnelle

Samedi 6 septembre 2025

12h00 - 13h30

- Canard au Curry Rouge
- Soupe de Galanga au Crevette

14h30 - 16h00

- Canard au Curry Rouge
- Soupe de Galanga aux champignons

Samedi 13 septembre 2025

12h00 - 13h30

- Wok de Crevette au Basilic
- Som-Tam de fruits et légumes

14h30 - 16h00

- Wok de Crevette au Basilic
- Som-Tam de fruits et légumes

Samedi 20 septembre 2025

12h00 - 13h30

- Pad Thai (Standard)
- Salade de Poulet aux noix de Cajou

14h30 - 16h00

- Pad Thai (Standard)
- Salade de Porc Façon D'I-San

Samedi 27 septembre 2025

12h00 - 13h30

- Wok de Canard au Basilic
- Soupe de Poulet à la Citronnelle

14h30 - 16h00

- Wok de Canard au Basilic
- Soupe de Galanga aux champignons

Octobre

Vendredi 3 octobre 2025

14h00 - 15h30

- Poulet au Curry Jaune
- Soupe de Champignon à la Citronnelle

Vendredi 10 octobre 2025

14h00 - 15h30

- Canard au Curry Vert
- Soupe de Champignon à la Citronnelle

Vendredi 17 octobre 2025

14h00 - 15h30

- Porc au Curry Massaman
- Soupe de Champignon à la Citronnelle

Vendredi 24 octobre 2025

14h00 - 15h30

- Pad Thai (Standard)
- Soupe de Crevette à la Citronnelle

Samedi 4 octobre 2025

12h00 - 13h30

- Poulet au Curry Jaune
- Soupe de Galanga au Poulet

14h30 - 16h00

- Poulet au Curry Jaune
- Soupe de Galanga aux Crevettes

Samedi 11 octobre 2025

12h00 - 13h30

- Canard au Curry Vert
- Soupe de Galanga aux champignons

14h30 - 16h00

- Canard au Curry Vert
- Soupe de Galanga au Poulet

Samedi 18 octobre 2025

12h00 - 13h30

- Porc au Curry Massaman
- Soupe de Galanga aux champignons

14h30 - 16h00

- Porc au Curry Massaman
- Soupe de Galanga au Crevette

Samedi 25 octobre 2025

12h00 - 13h30

- Pad Thai (Standard)
- Soupe de Galanga au Poulet

14h30 - 16h00

- Pad Thai (Standard)
- Soupe de Galanga aux champignons

Pour réserver les cours de cuisine contactez-nous au **+33 (0)4 78 39 34 72**. Les cours ont lieu à Bangrak Market, 10 rue Chavanne, 69001 Lyon.
Les plats peuvent changer selon l'approvisionnement des ingrédients.

PROGRAMME ATELIER DE CUISINE 2025



Novembre

Vendredi 31 octobre 2025

- 15h00 - 17h00
- Canard au Curry Rouge
- Soupe de Crevette à la Citronnelle

Vendredi 7 novembre 2025

- 12h00 - 13h30
- Poulet au Curry Vert
- Soupe de Crevettes à la Citronnelle

Vendredi 14 novembre 2025

- 12h00 - 13h30
- Pad Thai (Standard)
- Soupe de Crevettes à la Citronnelle

Vendredi 21 novembre 2025

- 12h00 - 13h30
- Porc au Curry Massaman
- Soupe de Champignon à la Citronnelle

Vendredi 28 novembre 2025

- 12h00 - 13h30
- Wok de Poulet au Gingembre
- Soupe de Champignon à la Citronnelle

Samedi 1 novembre 2025

- 12h00 - 13h30
- Canard au Curry Rouge
- Soupe de Galanga au Poulet

Samedi 8 novembre 2025

- 12h00 - 13h30
- Poulet au Curry Vert
- Soupe de Galanga au Poulet

Samedi 15 novembre 2025

- 12h00 - 13h30
- Pad Thai (Standard)
- Soupe de Garlanga au Crevette

Samedi 22 novembre 2025

- 12h00 - 13h30
- Porc au Curry Massaman
- Soupe de Garlanga aux Crevettes

Samedi 29 novembre 2025

- 12h00 - 13h30
- Wok de Poulet au Gingembre
- Soupe de Crevette à la Citronnelle

- 14h30 - 16h00
- Canard au Curry Rouge
- Soupe de Galanga aux champignons

- 14h30 - 16h00
- Poulet au Curry Vert
- Soupe de Galanga aux champignons

- 14h30 - 16h00
- Pad Thai (Standard)
- Soupe de Garlanga au Poulet

- 14h30 - 16h00
- Porc au Curry Massaman
- Soupe de Garlanga aux champignons

- 14h30 - 16h00
- Wok de Poulet au Gingembre
- Soupe de Garlanga aux champignons

Décembre

Vendredi 5 décembre 2025

- 14h00 - 15h30
- Marinade de Porc au Curry Paneang
- Salade à la Citronnelle

Vendredi 12 décembre 2025

- 14h00 - 15h30
- Wok de Poulet au Gingembre
- Soupe de Champignon à la Citronnelle

Vendredi 19 décembre 2025

- 14h00 - 15h30
- Lhàab de Canard
- Soupe de Champignon à la Citronnelle

Vendredi 26 décembre 2025

- 14h00 - 15h30
- Sa-Tay de Poulet
- Sauce Cacahuète

Samedi 6 décembre 2025

- 12h00 - 13h30
- Pad Thai (Standard)
- Soupe de Garlanga au Poulet

Samedi 13 décembre 2025

- 12h00 - 13h30
- Wok de Canard au Basilic
- Soupe de Crevette à la Citronnelle

Samedi 20 décembre 2025

- 12h00 - 13h30
- Lhàab de Canard
- Soupe de Crevette à la Citronnelle

Samedi 27 décembre 2025

- 12h00 - 13h30
- Pad Thai (Standard)
- Soupe de poulet au lait de coco

- 14h30 - 16h00
- Poulet au Curry Vert
- Soupe de Garlanga aux champignons

- 14h30 - 16h00
- Wok de Poulet au Gingembre
- Soupe de Crevette à la Citronnelle

- 14h30 - 16h00
- Lhàab de Canard
- Soupe de Garlanga au Crevette

- 14h30 - 16h00
- Pad Thai (Standard)
- Soupe de poulet au lait de coco

Pour réserver les cours de cuisine contactez-nous au **+33 (0)4 78 39 34 72**. Les cours ont lieu à Bangrak Market, 10 rue Chavanne, 69001 Lyon.
Les plats peuvent changer selon l'approvisionnement des ingrédients.