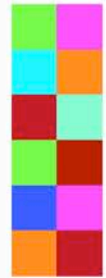




**Université Populaire
du Goût d'Argentan**

**en partenariat avec
Les Jardins
dans la Ville**



1001

IDEES

1001

ASTUCES

**pour bien manger
à moindre coût**

Samedi 20 décembre 2008, Michel Onfray et Jean-Pierre Coffe vous invitent au 2ème « Samedi Gourmand »

La pomme de terre en est la vedette pour le plus grand plaisir de nos papilles et de notre portefeuille

2008 est l'Année Internationale de la pomme de terre ; quoi de plus normal d'en faire l'invitée d'honneur de ce second "Samedi Gourmand". Ce légume méconnu et qui souffre parfois de préjugés, a tant de ressources pour nous étonner.

La pomme de terre...

Solanum Tuberosum, de son nom scientifique, fut introduite en Europe au XVIème siècle. Offerte comme présent exotique, elle n'est aujourd'hui que trop considérée comme un légume ordinaire. Ce tubercule, décliné en milliers de variétés, est un véritable concentré d'éléments nutritifs.

Chacune a ses caractéristiques et ses penchants gastronomiques. Celle-ci convient particulièrement à la cuisson vapeur, cette autre à une préparation au four, cette autre encore aux frites, chips... ou gâteau de pommes de terre ! Ce samedi gourmand sera l'occasion de pousser plus loin la découverte de ce généreux légume. L'information et la pédagogie sont les grandes ambitions de cette journée.

Un menu de fête pour 4 personnes à 10 euros

Bien manger est-il à la portée de tous ? Qualité et économies sont-elles forcément antinomiques ? Autant de questions qui seront abordées lors d'un débat sur le goût et le coût. Une illustration d'actualité ? Les repas de ces fêtes de fin d'année. Comment faire bon et festif lorsque l'on a de petits moyens ?

Jean-Pierre Coffe et Philippe Hardy, chef du restaurant "Le Mascaret" à Blainville-sur-Mer, ont concocté de goûteuses préparations. Un moment de plaisir gourmand à partager, pour un budget bien étudié de 10 euros pour 4 personnes.

Depuis deux ans maintenant, l'Université Populaire du Goût, à l'initiative de Michel Onfray, se propose d'allier gastronomie et pouvoir d'achat... Pour une cuisine authentique accessible à tous les porte-monnaie.

**A retenir : Deux autres "Samedis Gourmands" compléteront ces rencontres savoureuses.
Rendez-vous l'année prochaine le 28 février et le 16 mai 2009 pour de nouvelles découvertes gastronomiques.**




**Contact Presse : Michèle Fréné. Tél : 02.31.75.31.00 / mfc@michele-frene-conseil.fr
Contact organisation : Michel Onfray/Jean-Luc Tabesse 06.86.80.09.65/02.33.12.11.60**

L'Université Populaire du Goût et Les Jardins dans la ville vous invitent au 2ème Samedi Gourmand à Argentan


GRATUIT

INVITATION



**1001
IDÉES
1001
ASTUCES**

pour bien manger
à moindre coût



PROGRAMME

14h30 - 18h30 La Chaumière

Marché gourmand et pédagogique
La pomme de terre et les produits laitiers
Atelier "Le fromage de Noël pour les fêtes", démonstration d'affinage : Le camembert au Calvados* avec Xavier Thuret (Fromager), Meilleur Ouvrier de France 2007

* L'abus d'alcool est dangereux. A consommer avec modération.

14h30 - 15h30 sous le chapiteau

Dédicaces
Michel Onfray, "Le souci des plaisirs" - éd. Flammarion, Jean-Pierre Coffe et Sophie Le Doré, "Ce que nous devons savoir sur la pomme de terre" - éd. Plon, Edwige Chirouter, "Lire, réfléchir et débattre à l'école élémentaire" - éd. Hachette, Evelyne Bloch-Dano, "La fabuleuse histoire des légumes" - éd. Grasset, Marie de Metz Noblat "Fromages & Cie" - éd. First.

15h30 - 16h30 Le Manable

Goûter de tartines gourmandes pour les enfants suivi d'un atelier philosophie et littérature - Edwige Chirouter

16h00 - 18h00 sous le chapiteau

« Histoire de Goût », Evelyne Bloch-Dano
1ère partie : "De la pomme de terre aux plantes que nous n'avons jamais vraiment adoptées",
2ème partie : Mickaël Hewitt (Pépinieriste), "Plantes gourmandes venues d'ailleurs". Christine Barbier-Campus (Diététicienne), "Comment bien se nourrir en hiver"

20h30 à 00h00

Sous le chapiteau

Soirée

Le Goût a-t-il un coût ?

Débat : Jean-Pierre Coffe, Michel Onfray, Jean-Luc Gosselin (Directeur du CNIPT), Evelyne Bloch-Dano, débat animé par Christian Gauthier (Librairie "Le Passage" à Alençon).

Mise en pratique : Avec un menu de fête (terrines de foies de volaille, rôti de dinde aux olives accompagné d'un pudding de pommes de terre, camembert au Calvados et gâteau à l'ananas) pour 4 personnes à 10 euros, par Jean-Pierre Coffe et Philippe Hardy, chef du restaurant "Le Mascaret" à Blainville-sur-Mer (50) et des démonstrations de recettes à base de pommes de terre.

Samedi 20 décembre 2008

14 bis, avenue de la 2ème DB - 61200 ARGENTAN - (Proche de la gare)

