

LA MIRANDE



Dessin : Maxine Christensen

La Table Haute

Ateliers de cuisine depuis 1994
Cooking school since 1994

programme
2021



CHÂTEAU LA NERTHE

PROPRIÉTAIRE-RÉCOLTANT
CHATEAUNEUF-DU-PAPE



*Dégustation et visite de nos caves
du 16^{ème} siècle sur rendez-vous.*

*Tasting and visit of our cellars
of the 16th century by appointment.*



Route de Sorgues
84230 Châteauneuf-du-Pape
Tel 04 90 83 70 11
visit@chateaulanerthe.fr
www.chateaulanerthe.fr

Histoire de la Table Haute

Depuis 1994

ÉCOLE DE CUISINE / COOKING SCHOOL

Depuis 1994, La Mirande accueille chaque année, dans le cadre de son atelier de cuisine « Le Marmiton », les plus grands chefs de la région.

Ceux-ci se donnent rendez-vous dans les anciennes cuisines de l'hôtel particulier et officient sur le vieux fourneau à bois du XIX^e siècle. Les gourmands de la région, petits et grands, apprécient ces instants ludiques où tours de main et secrets de cuisine sont transmis dans un lieu empreint d'histoire.

Tabliers, ustensiles et fiches techniques sont fournis et les cours se terminent autour d'un repas accompagné de vins choisis par notre sommelier. Les marmitons ont également la possibilité de convier une ou plusieurs personnes de leur choix à les rejoindre pour le déjeuner ou le dîner qu'ils auront eux-mêmes préparé.

Since 1994, in its cooking school 'Le Marmiton', La Mirande has welcomed some of the most renowned chefs of Provence.

Classes are held, in the authentic 19th century kitchen and are a practical 'hands-on' experience, limited to a maximum of 12 participants working around a huge wood-block table. The kitchen's original wood stove is fired up three hours before the class begins.

The authenticity of time spent in this special place where the heart of La Mirande beats will lead you to unique discoveries through smells, tastes, colours, lively and friendly exchanges of recipe tips and secrets. The classes allow all of those who share the same passion to live unforgettable moments.

Aprons, kitchen utensils and recipes are supplied, and the classes end with a meal accompanied by wines chosen by our sommelier. Students may also invite one or more guests to join them for lunch or dinner.



Sommaire

Les chefs invités

Guest chefs

pages 8-12

Le programme mois par mois

Monthly program

pages 15-44

Les ateliers pour enfants

Classes for children

page 46

Les ateliers de pâtisserie

Pastry classes

page 47

Les tarifs

Prices

pages 48-49

L'équipe des ateliers de cuisine

The cooking class team

Séverine Sagnet, directrice des ateliers de cuisine, accueille les grands chefs de la région...

Elle est secondée par Alexandre Malinverno, cuisinier globe-trotter autodidacte.

Séverine Sagnet, passionnée de cuisine et dotée d'une forte personnalité, sait donner le meilleur accueil aux chefs invités et aux convives. Elle vous donne aussi ses recettes, lors de cours de cuisine et vous transmet sa passion pour les légumes et les produits locaux. Cette année, elle vous mènera en balade à Avignon pour vous faire visiter son Avignon gourmand et vous contera les histoires gourmandes & historiques de sa ville.

Alexandre Malinverno, cuisinier et pâtissier autodidacte, se passionne pour la gastronomie après un master d'économie. Globe-trotter et gourmand, il cuisinera aussi pour les Tables Hautes et les dîners privés et vous contera ses histoires culinaires de retour de voyages. Il éveille aussi les sens des tout-petits, « lors de cours de cuisine hauts en couleurs ».

Séverine Sagnet, director of the Marmiton cooking school, works with the best chefs of the region.

She is ably assisted by Alexandre Malinverno, a self-taught globe-trotter chef.

Séverine Sagnet, passionate about cooking and blessed with a strong personality, knows how to make guest chefs and students feel equally welcome, old and young alike. During the classes she teaches, she will share her recipes with you and transmit her passion for farm-fresh vegetables and local produce. This year, she will take you on a stroll through Avignon to show you her favourite gourmet haunts and will tell you tasty and historical stories about her city.

Alexandre Malinverno, our resident chef is a self-taught cook and pastry chef who fell in love with gourmet cooking after having earned a Master's degree in Economics. A seasoned globetrotter, he cooks for private groups and dinners as well and will tell you all kinds of culinary stories from his many trips. He also fires up the imagination of the little ones in his fun and imaginative children's cooking classes.





Les chefs invités

Guest chefs

Jean-Claude Altmayer

Les Caves Saint-Charles - Châteauneuf-du-Pape - 04 90 39 13 85

Chef affable et anciennement le chef de la Table Haute à La Mirande, il vous apprendra des recettes simples et efficaces dans une ambiance décontractée.

The jovial former chef of La Table Haute of La Mirande will teach you simple, effective recipes in a relaxed atmosphere.

- pages 24, 32, 38, 42

Pascal Barnouin

La Maison de la Tour - Avignon - 09 86 22 29 73

Maître cuisinier, chef-propriétaire de la Maison de la Tour, il s'inspire des produits méditerranéens et locaux pour vous apprendre une cuisine élégante, simple et gourmande.

Master Chef for many years and now the chef-owner of the restaurant La Maison de la Tour, his favorite recipes use fresh local and Mediterranean produce. His cuisine, inspired by the sunny South, is honest, elegant, simple and delicious.

- pages 22, 28, 30, 37, 40, 43

Elisabeth Bourgeois

elisabeth.bourgeois1@wanadoo.fr - 06 49 06 04 68

Elisabeth Bourgeois est, depuis trois décennies, « la » mère provençale du beau village de Gordes. Son restaurant, le Mas Tourteron a fermé ses portes. Ce n'était pas là un restaurant classique mais davantage une maison d'amis tenue par une aubergiste comme on l'aime. Elisabeth Bourgeois délivre une cuisine de ménagère sophistiquée qu'elle viendra vous apprendre.

For the past three decades Elisabeth Bourgeois has been «the» Provençal mother of the beautiful village of Gordes. Her restaurant the Mas Tourteron has now closed. It was never a typical restaurant, but more like a friend's house owned by the kind of innkeeper we like. Elisabeth Bourgeois dishes up sophisticated home-cooking, which she will teach you.

- pages 24, 43

Maxime et Serge Chenet ✿

Entre Vigne et Garrigue - Pujaut - 04 90 95 20 29

Les deux chefs père et fils, Serge et Maxime Chenet, excellent dans la mise en valeur de leurs produits. Un engouement qui se retrouve dans des assiettes à la fois innovantes et traditionnelles, avec l'intention de vous surprendre et de partager avec vous leur passion pour la gastronomie.

A father-and-son team of chefs, Serge and Maxime Chenet excel in showcasing their produce. Their taste for perfection is evident in dishes that are innovative yet traditional and they strive to surprise you as well as to share their passion for gastronomy.

- pages 21, 24, 33, 37

Youcef Djellab

Deluxe home restauration - Vedène - 06 18 68 00 97

Après des années passées à courir le monde, il est depuis 10 ans chef à domicile. Ce natif de Picardie, aujourd'hui installé près d'Avignon, partage avec joie, sa cuisine provençale, méditerranéenne et gorgée de soleil avec des clients français et étrangers.

After years spent discovering the world, he has been a private chef for the past 10 years. Born in Picardy, he now lives near Avignon and is happy to share his Provençal, Mediterranean and sun-drenched cooking with French and foreign clients.

- pages 22, 32, 41, 44

Marc Fontanne ✿

Le Prieuré - Villeneuve-les-Avignon - 04 90 15 90 15

Marc Fontanne propose une cuisine méditerranéenne, une cuisine de goût, ensoleillée, s'appuyant pour beaucoup sur des producteurs locaux. « Issu d'une famille d'agriculteur, le plaisir de cuisiner des produits frais et de qualité m'a été transmis très tôt ».

Marc Fontanne specializes in Mediterranean cooking, a tasty and sunny cuisine, sourced mainly from local producers... "Raised in a farming family, the pleasure of cooking fresh and quality food was passed on to me from an early age".

- pages 21, 29, 33, 38

Aline Géhant

Aline Géhant Chocolatier - Avignon - 04 90 02 27 21

Jeune femme chocolatier talentueuse, elle utilise les plus grands crus de chocolat qu'elle associe avec élégance. Ses créations sont originales et surprenantes. Elle a été récompensée par le « Trophée Jeune Talent » au salon du chocolat 2011.

A talented young chocolate maker, she uses the finest grand cru chocolates in her workshop. She combines them with elegance, in original and surprising creations. She was rewarded with the Young Talent Trophy at the 2011 salon du chocolat.

- pages 18, 41

Pascal Ginoux

Sésame l'agence - Avignon - 06 16 55 30 51

Chef étoilé il y a quelques années, il a maintenant une agence de conseil, formation et événementiel. Chef de renom, il aide aujourd'hui les chefs des restaurant à élaborer leurs cartes et à se professionnaliser. Formateur expérimenté, il vous proposera une cuisine goûteuse et inventive, tout en simplicité.

A former Michelin-starred chef, he now runs a culinary consulting and training business. As a renowned chef, he helps restaurants create their menus and professionalize their management. An experienced teacher, he will offer you beautifully simple, tasty and inventive cuisine.

- page 35

Olivier Lemauviot

olivier.lemauviot@wanadoo.fr - 06 09 61 77 74

Ancien chef pâtissier de La Mirande, formateur à l'École du Grand Chocolat et maintenant directeur de production à la chocolaterie Castelain, il viendra nous faire partager ses recettes et tours de main autour de ses thèmes de prédilection comme les chocolats et les macarons.

Former pastry chef at La Mirande, teacher at "l'École du Grand Chocolat", and now head of production of the Castelain chocolate factory, he will come to share his recipes and tips with us, on his favourite themes, such as chocolates and macaroons.

- pages 19, 21, 25, 30, 31, 34, 36, 39, 42

Jessica Llop

Eveillessence - Saint-Saturnin-les-Avignon - 06 17 75 18 50

Infirmière depuis 2005, Jessica Llop est passionnée et formée en médecine traditionnelle chinoise, en soins énergétiques et en méditation de pleine conscience. Aujourd'hui en plus de ses consultations, elle anime des ateliers de méditation et de prévention santé. Elle allie conscience, découverte des sens et plaisir de l'alimentation avec les cours de cuisine de Séverine Sagnet à La Mirande.

A nurse since 2005, Jessica Llop is passionate and trained in traditional Chinese medicine, energy care and mindfulness meditation. Today, in addition to her consultations, she leads meditation and health prevention workshops. It combines consciousness, discovery of the senses and pleasure of food with the cooking classes of Séverine Sagnet at La Mirande.

- pages 19, 22, 30, 33, 36

Alexandre Malinverno

La Table Haute de La Mirande - Avignon

Chef résident de La Table Haute de La Mirande ; cuisinier et pâtissier autodidacte, il se passionne pour la gastronomie après un master d'économie. Globe-trotter et gourmand, il cuisinera aussi pour les Tables Hautes et les dîners privés et vous contera ses histoires culinaires de retour de voyages. Il éveille aussi les sens des tout-petits, « lors de cours de cuisine hauts en couleurs ».

Resident chef of La Table Haute at la Mirande, self-taught cook and pastry chef, he fell in love with gourmet cooking after having earned a Master's degree in Economics. A globetrotter and food lover, he also cooks for private groups and dinners and will tell you all kinds of culinary stories from his trips. He also fires up the imagination of the little ones in his fun and imaginative children's cooking classes.

- pages 16, 17, 20, 38, 39, 43

Michel Meissonnier

meissonnier.michel@wanadoo.fr - 06 14 54 17 34

Son être tout entier respire la Provence et la convivialité. Il était restaurateur autrefois aux Angles et détenait 2 étoiles au guide Michelin. Aujourd'hui, il cuisine pour les copains, les réunions privées et il se régale en tant que chroniqueur gastronomique à la radio locale.

His whole being breathes Provence and happiness. He owned a restaurant before, in Les Angles, where he held two Michelin stars. Today, he cooks for friends and private events and also enjoys being a food commentator on local radio.

- pages 19, 23, 31, 40, 43

Jeff Mouroux

jeffmouroux@gmail.com - 07 87 10 78 26

Pâtissier hors pair, il a travaillé auprès de grands chefs comme Pierre Gagnaire, Christophe Pelé, la Maison Fauchon et a beaucoup voyagé. Aujourd'hui, il souhaite vous faire part de ses expériences à travers des cours de pâtisserie.

An outstanding pastry chef, he worked with great chefs like Pierre Gagnaire, Christophe Pelé and in La Maison Fauchon and travelled a lot. Today he wants to share his experiences in his pastry classes, keeping it nice and easy.

- pages 28, 35, 40

Italia Palladino 🍷

Italie Là-Bas - Café Roma - Avignon - 04 86 81 62 27

Jeune chef italienne graphiste de formation et qui dessine véritablement ses assiettes avec un goût exquis et des saveurs de grande fraîcheur, légumes du moment, fleurs, coquillages. C'est le moment pour vous d'apprendre avec elle, les bases de la cuisine italienne.

Trained as a graphic designer, this young Italian chef truly conceives her plates with exquisite taste and flavors of great freshness, market-fresh vegetables, flowers, shellfish. It is the right moment for you to learn the basics of Italian cuisine with her.

- pages 16, 38, 40

Florent Pietravalle 🍷

La Mirande - Avignon - 04 90 14 20 20

Chef de La Mirande, après être passé chez les plus grands, et sous-chef de Pierre Gagnaire pendant 4 années, il revient aujourd'hui dans son sud natal pour exprimer sa passion à La Mirande. Une belle cuisine élégante, classique avec une touche d'inventivité. Il vous recevra pendant la préparation d'un service, en immersion dans sa cuisine.

Head chef of La Mirande. After spending time with the greatest Michelin-starred chefs, and 4 years as sous-chef for Pierre Gagnaire, he has returned to his native South to express his passion at La Mirande. An elegant, classic cuisine with a definite touch of creativity. He will welcome you during the preparations of a service, a rare chance to immerse yourself in his professional kitchen.

- pages 18, 28, 37, 41

Jean-Jacques Prévôt 🍷

Maison Prévôt - Cavaillon - 04 90 71 32 43

Personnage emblématique de la gastronomie provençale, ce chef-artiste vous communiquera sa passion de la bonne cuisine. Il est installé à Cavaillon où il est surnommé « le roi du melon ».

An emblematic figure of Provençal gastronomy, this chef/artist has the gift of transmitting his passion for good cooking. In Cavaillon, he is known as 'the melon king'.

- page 31

Séverine Sagnet

La Table Haute de La Mirande - Avignon - 06 33 40 90 69

Directrice des ateliers de cuisine de la Table Haute depuis 10 ans. La philosophie de Séverine Sagnet est de faire au plus court entre la ferme et la table. Des recettes simples d'exécution mais élégantes et avec un petit quelque chose de surprenant qui apporte du pep. En 2021, Séverine vous amène toujours en balade gourmande. Et cette année, la nouveauté, c'est des cours de cuisine et de méditation en pleine conscience, pour des journées bien-être.

Director of our Cooking School at La Table Haute for the past 10 years. Séverine Sagnet's philosophy is to take the shortest route possible between farm and table. Her recipes are simple yet elegant and they always have a little surprising extra that gives them added pep. In 2021, Séverine will still take you on gourmet strolls. And the big news this year are cooking classes combined with mindfulness meditation, for days dedicated to well-being.

- pages 15, 16, 17, 19, 22, 25, 29, 30, 32, 33, 35, 36, 39, 42, 44



La Fourchette

Restaurant

04 90 85 20 93

17, rue Racine 84000 Avignon

Fermé samedi et dimanche

contact@la-fourchette.net - www.la-fourchette.net



Balade Gourmande avec Séverine Sagnet

Gourmet Stroll with Séverine Sagnet

Une balade insolite, gourmande et historique...

Rendez-vous à La Mirande à 9h00 pour un café convivial de bienvenue. Puis, vous partirez en balade avec Séverine Sagnet à travers la ville d'Avignon et dégusterez, chez ses commerçants préférés, les douceurs et mets qu'elle affectionne. Séverine ajoutera quelques récits historiques de la ville qu'elle sillonne presque tous les jours avec les clients depuis plus de 10 ans. Premier arrêt à la boulangerie Trouillas pour déguster les fameuses oreillettes avignonnaises croustillantes à souhait. Puis, vous irez chez Aline Géhant, chocolatier installé rue des Trois Faucons où vous dégusterez une sélection de ganaches. Puis, vous ferez les courses au marché des Halles en fonction de ce que vous aimez pour préparer le déjeuner. Arrêt chez le marchand d'olives, le fromager et le poissonnier pour quelques huitres. De retour à La Mirande, vous cuisinerez un menu 3 plats, simple et efficace, dans la cuisine provençale où trône le fourneau à bois de 1861. Puis, tous ensemble vous savourerez le menu préparé en accord avec les vins de Rasteau.

An unusual, historical, gourmet stroll...

Meet at La Mirande at 9:00 am for a friendly welcome coffee. Then, you will go on a stroll with Séverine Sagnet through the city of Avignon and taste the sweets and goodies she likes at her favourite gourmet shops. Séverine will add some historical stories of the city that she has been walking through almost every day with her guests for over 10 years. First stop at the Trouillas bakery to taste the famous crispy Avignon "oreillettes". Then, you will go to Aline Géhant, a master chocolate maker located on the Rue des Trois Faucons, where you will taste a selection of ganaches. Then, you will go shopping at Les Halles market choosing what you wish to prepare for lunch. Stop at the olive merchant, the cheese maker, and the fishmonger for some oysters. Back at La Mirande, you will cook a 3-course menu, simple and quick to prepare, in the Provençal kitchen dominated by its wood-burning stove dating from 1861. Then, you will all sit down together to enjoy the lunch that you have prepared, with matching wines from Rasteau.

MIRande GarAGE

Restaurant/Taverne
Ateliers de Cuisine et Table d'hôte privée
Cooking classes and Guest table



La distanciation sociale qui s'impose en ce moment a enfanté un nouveau restaurant avec son entrée indépendante au 5 rue Taulignan. Mais c'est bien de la partie médiévale de La Mirande dont nous parlons : les vestiges de la livrée cardinalice de Saint Martial et les communs de l'Hôtel Pamard avec sa cuisine d'origine et son fourneau à bois. C'est dans ce lieu que Séverine Sagnet et son équipe vous proposent un menu changeant chaque semaine, au déjeuner et au dîner à base de produits bio et locaux. Parallèlement au Mirage, cette cuisine continue d'accueillir les cours de cuisine de ce programme, des cours et des tables d'hôte privés avec un nombre maximal de participants, en accord avec la réglementation.

The social distancing necessary at the moment has given birth to a new restaurant with an independent entrance at 5 rue Taulignan. It is the medieval part of La Mirande, the remains of the cardinals' livery from the 14th century, later on used as service quarters with the ancient kitchen and its cast iron wood-fired kitchen range. It is here that Séverine Sagnet cooks for lunch and dinner a weekly menu based on local and organic produce. The magnificent kitchen continues to host the cooking classes, public and private, as well as private guest tables in accordance with the maximum number of participants allowed by regulations.

Février / February

*Balade
Gourmande
aux truffes*

Séverine
Sagnet

12

Vendredi matin
Friday morning

9h00 – 14h30
9.00 a.m. – 2.30 p.m.

◆ Offrez-lui le diamant noir pour la Saint-Valentin ! Vous partirez en balade avec Séverine Sagnet à travers la ville d'Avignon et dégusterez, chez ses commerçants préférés, les douceurs et mets qu'elle affectionne. Vous ferez les courses au marché des Halles en fonction de ce que vous aimez pour préparer un déjeuner tout truffe. De retour à La Mirande, vous cuisinerez un menu 3 plats autour de la truffe et le dégusterez en accord avec les vins de Rasteau.

◆ *Give her a black diamond for Valentine's Day! You will go on a walk with Séverine Sagnet through the city of Avignon and taste the sweets and goodies she likes at her favourite gourmet shops. You will go shopping at Les Halles market, choosing what you wish to prepare for an all-truffle lunch. Back at La Mirande, you will cook a 3-course truffle menu and enjoy it with matching wines from Rasteau.*

Prix spécial, voir pages 48-49 / *Special price applies, see pages 48-49*

*Cuisiner
en pleine
conscience*

Séverine Sagnet
et
Jessica Llop

19

Vendredi matin
Friday morning

9h00 – 14h30
9.00 a.m. – 2.30 p.m.

◆ Atelier de cuisine et de méditation en pleine conscience : comment la cuisine peut-elle devenir un outil de connexion à soi-même, aux aliments et au bien-être. Après un accueil autour d'une boisson chaude, nous méditerons autour des aliments que nous utiliserons pour préparer notre repas. Puis, nous cuisinerons en conscience et dresserons nos assiettes selon nos affinités de couleur et notre créativité. Nous apprendrons à déguster notre repas en conscience, dans l'éveil des sens et des saveurs.

◆ *Cooking and mindfulness meditation workshop: how cooking can become a tool for connecting with oneself, with food and with well-being. After a welcome drink, we will meditate on the foods we will use to prepare our meal. Then, we will cook conscientiously and prepare our plates according to our color affinities and our creativity. We will learn to enjoy our meal in awareness of the awakening of the senses and flavors.*

Février / February

Mercredi après-midi
Wednesday afternoon

**Alexandre
Malinverno**

**Cours de
pâtisserie
enfants**

14h00 – 16h00
2.00 p.m. – 4.00 p.m.

24

♦ Tout sur la brioche ! Brioche tressée et petites brioches fourrées au chocolat/confiture. Viens participer à un cours de pâtisserie et déguste tes préparations avec tes parents et emporte quelques-unes de tes réalisations à la maison.

♦ *Everything about the brioche! Braided brioche and small brioches filled with chocolate/jam. Come participate in a baking class and taste your creations with your parents and take some samples home.*

Judi matin
Thursday morning

**Séverine
Sagnet**

**Balade
Gourmande**

9h00 – 14h30
9.00 a.m. – 2.30 p.m.

25

♦ Vous partirez en balade avec Séverine Sagnet à travers la ville d'Avignon et dégusterez, chez ses commerçants préférés, les douceurs et mets qu'elle affectionne. Vous ferez les courses au marché des Halles en fonction de ce que vous aimez pour préparer le déjeuner. De retour à La Mirande, vous cuisinerez un menu 3 plats et le dégusterez en accord avec les vins de Rasteau.

♦ *Gourmet stroll. You will go on a walk with Séverine Sagnet through the city of Avignon and taste the sweets and goodies she likes at her favourite gourmet shops. You will go shopping at Les Halles market, choosing what you wish to prepare for lunch. Back at La Mirande, you will cook a 3-course menu and enjoy it with matching wines from Rasteau.*

Samedi matin
Saturday morning

**Italia
Palladino**

**Cuisine
italienne à la
truffe noire**

9h30 – 14h30
9.30 a.m. – 2.30 p.m.

27

♦ Spaghetti à la carbonara de truffe noire melanosporum. Cailles farcies aux champignons sauvages, châtaignes et lard, mousseline de panais, truffe noire melanosporum. Poires pochées à la bière, mousse mascarpone à la truffe noire, noisettes du Piémont.

♦ *Spaghetti carbonara with melanosporum black truffle. Quail stuffed with wild mushrooms, chestnuts and bacon, parsnip mousseline and black melanosporum truffle. Beer poached pears, mascarpone mousse with black truffle, Piedmont hazelnuts.*

Prix spécial, voir pages 48-49 / *Special price applies, see pages 48-49*

Mars / March

**Cours
de pâtisserie
enfants**

**Alexandre
Malinverno**

Mercredi après-midi
Wednesday afternoon

14h00 – 16h00
2.00 p.m. – 4.00 p.m.

3

♦ Tartelette aux fraises, pâte sablée et crème pâtissière à la pistache. Viens participer à un cours de pâtisserie et déguste tes préparations avec tes parents et emporte quelques-unes de tes réalisations à la maison.

♦ *Strawberry tartlet, shortbread dough and pistachio pastry cream. Come participate in a baking class and taste your creations with your parents and take some samples home.*

**Balade
Gourmande**

**Séverine
Sagnet**

Judi matin
Thursday morning

9h00 – 15h00
9.00 a.m. – 3.00 p.m.

4

♦ Vous partirez en balade avec Séverine Sagnet à travers la ville d'Avignon et dégusterez, chez ses commerçants préférés, les douceurs et mets qu'elle affectionne. Vous ferez les courses au marché des Halles en fonction de ce que vous aimez pour préparer le déjeuner. De retour à La Mirande, vous cuisinerez un menu 3 plats et le dégusterez en accord avec les vins de Rasteau.

♦ *Gourmet stroll. You will go on a walk with Séverine Sagnet through the city of Avignon and taste the sweets and goodies she likes at her favourite gourmet shops. You will go shopping at Les Halles market, choosing what you wish to prepare for lunch. Back at La Mirande, you will cook a 3-course menu and enjoy it with matching wines from Rasteau.*



Samedi matin <i>Saturday morning</i>	Aline Géhart	Cocooning chocolat !
9h00 – 12h00 <i>9.00 a.m. – midday</i>		
6		
<p>◆ Offrez-vous un moment de chocolat à La Mirande. Confectionnez et repartez avec vos mendiants au chocolat noir et au lait, réalisez votre pâte à tartiner aux fruits rouges ainsi que des truffes au chocolat. Sur place, laissez-vous aller et dégustez quelques ganaches avec une coupe de champagne dans les salons de La Mirande.</p> <p>◆ <i>Give yourself a chocolate moment at La Mirande. Make and take away your dark and milk chocolate “mendiants” studded with dried fruits and nuts, chocolate truffles, chocolate-and-red berry spread. After the class, indulge yourself with some ganache chocolates and a glass of champagne in the salons of La Mirande...</i></p> <p>Prix spécial, voir pages 48-49 / <i>Special price applies, see pages 48-49</i></p>		

Dimanche matin <i>Sunday morning</i>	Florent Pietravalle	Immersion en cuisine étoilée
9h00 – 15h00 <i>9.00 a.m. – 3.00 p.m.</i>		
7		
<p>◆ Vous serez dirigés vers la cuisine professionnelle de La Mirande pour une immersion avec la brigade, où vous réaliserez un repas 3 plats sous les conseils avisés du chef. Après la préparation, vous prendrez l'apéritif dans le restaurant gastronomique et serez servis par le Maître d'hôtel et son équipe pour déguster les plats préparés et accompagnés de vins de la vallée du Rhône.</p> <p>◆ <i>You will be shown to the professional kitchen of La Mirande, for an immersive experience with the cooking team. Under the chef's supervision, you will cook a 3-course meal. After the cooking class, you will have an aperitif in the gastronomic restaurant and then be served by the maître d'hôtel and his team to enjoy the fabulous lunch you have prepared, with matching wines from the Rhone Valley.</i></p> <p>Prix spécial, voir pages 48-49 / <i>Special price applies, see pages 48-49</i></p>		

Cuisiner en pleine conscience	Séverine Sagnet et Jessica Llop	12	Vendredi matin <i>Friday morning</i>
			9h00 – 14h30 <i>9.00 a.m. – 2.30 p.m.</i>
<p>◆ Atelier de cuisine et de méditation en pleine conscience : comment la cuisine peut-elle devenir un outil de connexion à soi-même, aux aliments et au bien-être. Après un accueil autour d'une boisson chaude, nous méditerons autour des aliments que nous utiliserons pour préparer notre repas. Puis, nous cuisinerons en conscience et dresserons nos assiettes selon nos affinités de couleur et notre créativité. Nous apprendrons à déguster notre repas en conscience, dans l'éveil des sens et des saveurs.</p> <p>◆ <i>Cooking and mindfulness meditation workshop: how cooking can become a tool for connecting with oneself, with food and with well-being. After a welcome drink, we will meditate on the foods we will use to prepare our meal. Then, we will cook conscientiously and prepare our plates according to our color affinities and our creativity. We will learn to enjoy our meal in awareness of the awakening of the senses and flavors.</i></p>			

La forêt noire	Olivier Lemauvit	13	Samedi matin <i>Saturday morning</i>
			9h00 – 12h00 <i>9.00 a.m. – midday</i>
<p>◆ Légendaire gâteau allemand ! Nous réaliserons une génoise au cacao, une crème au chocolat noir, une chantilly vanillée et une compotée de griottes ; le tout agrémenté de griottes au Kirsch. Puis, nous décorerons l'entremet de beaux copeaux gourmands au chocolat dont nous vous livrerons les secrets de fabrication !</p> <p>◆ <i>For this legendary German cake, we will make a cocoa sponge cake, a dark chocolate cream, a vanilla whipped cream, cherry compote, all embellished with Morello cherries in Kirsch. To top it off, we will decorate the dessert with beautiful gourmet chocolate shavings, the manufacturing secrets of which we will share with you!</i></p>			

Fêtons le printemps	Michel Meissonnier	20	Samedi matin <i>Saturday morning</i>
			9h30 – 14h30 <i>9.30 a.m. – 2.30 p.m.</i>
<p>◆ Gazpacho d'asperges et bourgeons en tempura. Carré d'agneau, carottes et mini fenouils. Ananas caramélisé et kumquats confits, mousse au Grand Marnier.</p> <p>◆ <i>Gazpacho of asparagus spears and buds in tempura. Rack of lamb, carrots and baby fennel. Caramelized pineapple and candied kumquat, Grand Marnier mousse.</i></p>			

Mars / March

Mercredi après-midi
Wednesday afternoon

Alexandre
Malinverno

Cours de
pâtisserie
enfants

14h00 – 16h00
2.00 p.m. – 4.00 p.m.

31

◆ C'est bientôt Pâques ! Viens avec tes parents assister à la chasse aux œufs dans les jardins de La Mirande. De retour en cuisine, vous réaliserez des oeufs en chocolat.

◆ *It's Easter soon! Come with your parents to attend the Easter egg hunt in La Mirande's gardens. Back in the kitchen, you will make some chocolate eggs.*



Avril / April

Cuisiner
avec un
chef étoilé !

Marc
Fontanne

Samedi matin
Saturday morning

9h30 – 14h30
9.30 a.m. – 2.30 p.m.

3

◆ Risotto lié au parmesan safrané façon paëlla. Noix de Saint-Jacques pochées, betterave rouge confite à la coriandre, réduction à l'orange. Crêpe soufflée au citron vert et coulis de framboise.

◆ *Risotto with saffron parmesan, paella style. Poached scallops, beetroot confit with coriander, orange reduction. Crêpe soufflée with lime and raspberry coulis.*

Pâtisseries
bretonnes

Olivier
Lemauiot

Samedi matin
Saturday morning

9h00 – 12h00
9.00 a.m. – midday

10

◆ Retrouvons aujourd'hui les merveilleux souvenirs de vacances bretonnes ! Nous réaliserons et dégusterons les spécialités emblématiques de cette région comme : Le kouing-amann légendaire, le gâteau breton et le caramel au beurre salé autour d'un bon cidre !

◆ *Let's rediscover the wonderful memories of Breton holidays today! We will make and taste the emblematic specialties of this region such as: the legendary Kouing Amann, Breton cake and salted butter caramel along with a good cider!*

Cuisiner
avec un
chef étoilé !

Maxime
Chenet

Mardi matin
Tuesday morning

9h30 – 14h30
9.30 a.m. – 2.30 p.m.

13

◆ Saumon cuit en basse température, asperges blanches de Rémy Cambe, crème d'amande de Provence et coulis d'herbes potagères. Suprême de pintade fermière fourrée de foie gras, mitonnée de légumes du moment, jus corsé et cappuccino à la verveine. Fraises de pays, crémeux kumbawa, tuiles feuilletage croustillantes, coulis et sorbet fromage blanc.

◆ *Salmon cooked at low temperature, white asparagus from Rémy Cambe, almond cream from Provence and garden herb coulis. Supreme of farmhouse guinea fowl stuffed with foie gras, simmered with seasonal vegetables, full-bodied jus and verbena cappuccino. Country strawberries, creamy kumbawa, crispy puff pastry wafers, coulis and white cheese sorbet.*

Vendredi matin
Friday morning

**Youcef
Djellab**

L'asperge

9h30 – 14h30
9.30 a.m. – 2.30 p.m.

16

◆ Ceviche de Saint-Pierre, sifflets d'asperges et huile verte. Canon d'agneau rôti au basilic et noir d'olive, grosses frites d'asperges. Pressé de fraises et estragon, crème anglaise au lait de chèvre.

◆ *Ceviche of John Dory, fresh asparagus and herb oil. Roasted lamb filet with basil and black olives, large asparagus fries. Strawberry and tarragon terrine, custard with goat's milk.*

Samedi matin
Saturday morning

**Pascal
Barnouin**

*Les produits
nobles de la
mer*

9h30 – 14h30
9.30 a.m. – 2.30 p.m.

17

◆ Profiterole de langoustines, consommé de coquillages. Saint-Pierre rôti, poivrade d'artichauts en barigoule. Meringue suisse, mousse au citron et zestes confits.

◆ *Langoustine profiterole, shellfish bouillon. Roasted John Dory, barigoule stew of baby artichokes. Swiss meringue, lemon mousse with candied lemon zest.*

Vendredi matin
Friday morning

**Séverine Sagnet
et
Jessica Llop**

*Cuisiner
en pleine
conscience*

9h00 – 14h30
9.00 a.m. – 2.30 p.m.

23

◆ Atelier de cuisine et de méditation en pleine conscience : comment la cuisine peut-elle devenir un outil de connexion à soi-même, aux aliments et au bien-être. Après un accueil autour d'une boisson chaude, nous méditerons autour des aliments que nous utiliserons pour préparer notre repas. Puis, nous cuisinerons en conscience et dresserons nos assiettes selon nos affinités de couleur et notre créativité. Nous apprendrons à déguster notre repas en conscience, dans l'éveil des sens et des saveurs.

◆ *Cooking and mindfulness meditation workshop: how cooking can become a tool for connecting with oneself, with food and with well-being. After a welcome drink, we will meditate on the foods we will use to prepare our meal. Then, we will cook conscientiously and prepare our plates according to our color affinities and our creativity. We will learn to enjoy our meal in awareness of the awakening of the senses and flavors.*

Le petit pois

**Michel
Meissonnier**

Samedi matin
Saturday morning

9h30 – 14h30
9.30 a.m. – 2.30 p.m.

24

◆ Crème de petits pois à la menthe et œuf poché. Pigeon désossé et farci, puis rôti aux petits pois et oignons grelots. Soufflé à l'orange, tuile aux agrumes.

◆ *Cream of green peas with mint and poached egg. Roasted boneless and stuffed pigeon with green peas and baby onions. Orange soufflé with citrus wafer.*

Aux Halles d'Aignon depuis 1954

TÉLÉPHONE
04 90 86 30 26
04 90 86 01 06



LAPINS
GIBIERS
FOIE GRAS
POULETS BIO
OEUFS



Mai / May

Samedi matin
Saturday morning

Jean-Claude
Altmayer

Le rouget

9h30 – 14h30
9.30 a.m. – 2.30 p.m.

1^{er}

◆ Rouget et brouillade rouge de tomates concassées, cébettes et moutarde. Rouget farci au mascarpone et purée d'olive noire. Rouget en écaïlle de courgettes. Nage de fraises au safran et basilic.

◆ *Red mullet and crushed red tomato scrambled eggs, spring onions and mustard. Red mullet stuffed with mascarpone and black olive purée. Red mullet with zucchini scales. Strawberry soup with saffron and basil.*

Mardi matin
Tuesday morning

Maxime
Chenet

*Cuisiner
avec un
chef étoilé !*

9h30 – 14h30
9.30 a.m. – 2.30 p.m.

4

◆ Fleur d'œufs bio, brandade de morue fraîche, crème de livèche. Dos de Saint-Pierre clouté de laurier, asperges vertes de pays rôties, émulsion de poutargue de Martigues. Sablé breton framboise et guanaja, sorbet verveine.

◆ *Organic egg flower, fresh cod brandade, lovage cream. Loin of Saint-Pierre studded with laurel, roasted green asparagus, Martigues bottarga emulsion. Raspberry and guanaja dark chocolate Breton butter cookie with verbena sorbet.*

Mercredi matin
Wednesday morning

Elisabeth
Bourgeois

*Menu
provençal*

9h30 – 14h30
9.30 a.m. – 2.30 p.m.

5

◆ Tarte fine de petits calamars façon pissaladière. L'aubergine en gigot aux fruits secs. Croque-miettes aux abricots et amandes fraîches.

◆ *Thin-crust tart of baby squid, pissaladière style. Eggplant with leg of lamb with dried fruits. Crumble of apricots and fresh almonds.*



Mai / May

*Balade
Gourmande*

Séverine
Sagnet

Jeudi matin
Thursday morning

6

9h00 – 14h30
9.00 a.m. – 2.30 p.m.

◆ Vous partirez en balade avec Séverine Sagnet à travers la ville d'Avignon et dégusterez, chez ses commerçants préférés, les douceurs et mets qu'elle affectionne. Vous ferez les courses au marché des Halles en fonction de ce que vous aimez pour préparer le déjeuner. De retour à La Mirande, vous cuisinerez un menu 3 plats et le dégusterez en accord avec les vins de Rasteau.

◆ *Gourmet stroll. You will go on a walk with Séverine Sagnet through the city of Avignon and taste the sweets and goodies she likes at her favourite gourmet shops. You will go shopping at Les Halles market, choosing what you wish to prepare for lunch. Back at La Mirande, you will cook a 3-course menu and enjoy it with matching wines from Rasteau.*

*Délicieuses
tartes
élaborées*

Olivier
Lemauiot

Samedi matin
Saturday morning

8

9h00 – 12h00
9.00 a.m. – midday

◆ Dans ce cours, nous allons travailler la pâte sablée et réaliserons différentes garnitures afin d'agrémenter les tartes suivantes : tarte corsica aux pistaches et pamplemousse, tarte exotique aux fruits de la passion et framboises, tarte gourmande au chocolat et fruits rouges.

◆ *In this class, we will work with shortbread dough and make different fillings to decorate the following pies. Corsica tart: pistachios and grapefruit. Exotic tart: with passion fruit and raspberries. Gourmand tart: with chocolate and red berries.*

*La Maison du Fromage
Crèmerie*

*Nathalie &
Bernard FRANCOZ*

Plus de 250 Variétés de Fromages

18 Place Pie les Halles Centrales 84000 AVIGNON
sebnatber@free.fr

04.90.27.37.39 / 06.81.80.02.67



MIRande GarAGE



Au MIRAGE, nom né de la contraction de **MIR**ande et de **gar**AGE est une sorte de taverne. L'équipe de la Table Haute et des cours de cuisine, dirigée par Séverine Sagnet, sert un menu du jour à base de produits bio et locaux. Distanciation oblige, l'unique table d'hôte s'est scindée dans une multitude de tables bien espacées les unes des autres ; non plus dans la cuisine même, mais dans les espaces attenants. En fait partie, le garage ; remise des hippomobiles au 19^{ème} et des voitures au 20^{ème} siècle et jadis, le grand tinel de la livrée cardinalice de Saint-Martial. Comme les tapisseries murales en vogue au 14^{ème}, des grandes toiles peintes de l'artiste américain, Timothy Hennessy, habillent les murs en pierre et contribuent à l'ambiance de ce lieu décalé.

*With its latest addition, Le Mirage, La Mirande is exploring the trend of fooding. The name is a contraction of **Mir**ande and **garage**, the later once a cardinal's state room which was used to house carriages in the 19th and motorcars in the 20th century. Together with the adjacent vaulted stalls, there is plenty of space for social distancing. And there is a stunning view of the period kitchen where the food is prepared. A permanent exhibition of paintings by American artist, Timothy Hennessy, contributes to the offbeat ambiance within the medieval walls.*



Mai / May

Dimanche matin <i>Sunday morning</i>	Florent Pietravalle	Immersion en cuisine étoilée
9h30 – 14h30 <i>9.30 a.m. – 2.30 p.m.</i>	9	
<p>◆ Vous serez dirigés vers la cuisine professionnelle de La Mirande pour une immersion avec la brigade, où vous réaliserez un repas 3 plats sous les conseils avisés du chef. Après la préparation, vous prendrez l'apéritif dans le restaurant gastronomique et serez servis par le Maître d'hôtel et son équipe pour déguster les plats préparés et accompagnés de vins de la vallée du Rhône.</p> <p>◆ <i>You will be shown to the professional kitchen of La Mirande, for an immersive experience with the cooking team. Under the chef's supervision, you will cook a 3-course meal. After the cooking class, you will have an aperitif in the gastronomic restaurant and then be served by the maître d'hôtel and his team to enjoy the fabulous lunch you have prepared, with matching wines from the Rhone Valley.</i></p> <p>Prix spécial, voir pages 48-49 / <i>Special price applies, see pages 48-49</i></p>		

Samedi matin <i>Saturday morning</i>	Pascal Barnouin	Tout savoir sur le homard
9h30 – 14h30 <i>9.30 a.m. – 2.30 p.m.</i>	15	
<p>◆ Homard en raviole et salade gourmande d'asperges vertes, huile de cresson. Blanquette de homard aux petits légumes croquants. Panacotta à la rhubarbe et fraises, pralines roses.</p> <p>◆ <i>Lobster ravioli and gourmet green asparagus salad, watercress oil. Lobster blanquette with crunchy baby vegetables. Rhubarb and strawberry panna cotta, pink pralines.</i></p> <p>Prix spécial, voir pages 48-49 / <i>Special price applies, see pages 48-49</i></p>		

Samedi matin <i>Saturday morning</i>	Jeff Mouroux	Gâteau de célébration
9h00 – 12h00 <i>9.00 a.m. – midday</i>	22	
<p>◆ Montage, masquage et décoration d'un shortcake aux fruits rouges : réalisation du biscuit, de la crème, du sirop et du montage. Super gâteau de fête : démonstration du montage d'un gros gâteau type wedding cake, sans pâte à sucre avec des fruits rouges.</p> <p>◆ <i>Assembly, frosting and decoration of a short cake with red fruits: preparation of the biscuit, the cream, the syrup and their assembly. Super festive cake: demonstration of the assembly of a large wedding cake style gâteau without sugar paste, but with red fruits.</i></p>		

Mai / May

Balade Gourmande	Séverine Sagnet	Jeudi matin <i>Thursday morning</i>
		27
<p>◆ Vous partirez en balade avec Séverine Sagnet à travers la ville d'Avignon et dégusterez, chez ses commerçants préférés, les douceurs et mets qu'elle affectionne. Vous ferez les courses au marché des Halles en fonction de ce que vous aimez pour préparer le déjeuner. De retour à La Mirande, vous cuisinerez un menu 3 plats et le dégusterez en accord avec les vins de Rasteau.</p> <p>◆ <i>Gourmet stroll. You will go on a walk with Séverine Sagnet through the city of Avignon and taste the sweets and goodies she likes at her favourite gourmet shops. You will go shopping at Les Halles market, choosing what you wish to prepare for lunch. Back at La Mirande, you will cook a 3-course menu and enjoy it with matching wines from Rasteau.</i></p>		

Cuisiner avec un chef étoilé !	Marc Fontanne	Samedi matin <i>Saturday morning</i>
		29
<p>◆ L'huître en coquille, chou-fleur en pickles de curry, chantilly de chou-fleur. Carré d'agneau et caviar d'aubergines au feu de bois, condiment cébettes/citron vert et cumin. Clafoutis de cerises au miel.</p> <p>◆ <i>Oyster on the shell, cauliflower curry pickles, cauliflower whipped cream. Rack of lamb and eggplant caviar cooked over a wood fire, scallion/lime and cumin condiment. Cherry clafoutis with honey.</i></p>		



Samedi matin <i>Saturday morning</i>	Pascal Barnouin	C'est bientôt l'été
9h30 – 14h30 <i>9.30 a.m. – 2.30 p.m.</i>	5	
<p>◆ Fleurs de courgette farcies, fine ratatouille au thym et basilic, coulis de poivrons doux. Lotte rôtie au chorizo, risotto asperges et fèves, beurre blanc. Abricots caramélisés, lait d'amandes et jus de cerises.</p> <p>◆ <i>Stuffed zucchini flowers, gourmet ratatouille with thyme and basil, sweet pepper conlis. Roasted monkfish with chorizo, asparagus and fava bean risotto, beurre blanc sauce. Caramelized apricots, almond milk and cherry juice.</i></p>		

Samedi matin <i>Saturday morning</i>	Olivier Lemauiot	Omelette norvégienne et sorbets aux fruits d'été
9h00 – 12h00 <i>9.00 a.m. – midday</i>	12	
<p>◆ Dessert emblématique des repas de fêtes et célébrations, nous élaborerons la génoise, meringue italienne ainsi qu'une glace et un sorbet. Flambage obligatoire dans le noir et dégustation immédiate !</p> <p>◆ <i>For this emblematic dessert of festive occasions and celebrations, we will prepare a sponge cake, an Italian meringue, as well as an ice cream and sorbet. It goes without saying that we will flambé it in the dark and then taste it immediately!</i></p>		

Jeu di matin <i>Thursday morning</i>	Séverine Sagnet et Jessica Llop	Cuisiner en pleine conscience
9h00 – 14h30 <i>9.00 a.m. – 2.30 p.m.</i>	17	
<p>◆ Atelier de cuisine et de méditation en pleine conscience : comment la cuisine peut-elle devenir un outil de connexion à soi-même, aux aliments et au bien-être. Après un accueil autour d'une boisson chaude, nous méditerons autour des aliments que nous utiliserons pour préparer notre repas. Puis, nous cuisinerons en conscience et dresserons nos assiettes selon nos affinités de couleur et notre créativité. Nous apprendrons à déguster notre repas en conscience, dans l'éveil des sens et des saveurs.</p> <p>◆ <i>Cooking and mindfulness meditation workshop: how cooking can become a tool for connecting with oneself, with food and with well-being. After a welcome drink, we will meditate on the foods we will use to prepare our meal. Then, we will cook conscientiously and prepare our plates according to our color affinities and our creativity. We will learn to enjoy our meal in awareness of the awakening of the senses and flavors.</i></p>		

Farandole de fruits d'été	Michel Meissonnier	Samedi matin <i>Saturday morning</i>
	19	9h30 – 14h30 <i>9.30 a.m. – 2.30 p.m.</i>
<p>◆ Mini tartare de fruits et légumes multicolores. Salade de homard aux agrumes. Poitrine de canette aux abricots, medley de petits légumes. Soufflé aux fruits rouges.</p> <p>◆ <i>Mini-tartare of multicoloured fruits and vegetables. Lobster salad with citrus fruits. Duck breast with apricots, medley of baby vegetables. Red berry soufflé.</i></p>		

La charlotte aux fruits	Olivier Lemauiot	Samedi matin <i>Saturday morning</i>
	26	9h00 – 12h00 <i>9.00 a.m. – midday</i>
<p>◆ Des charlottes aux fruits de saison : un délicieux entremet léger pour l'été, réalisé à base de biscuit cuillère « maison » et d'une mousse aux fruits rouges et aux agrumes. Le tout allégé en sucre au maximum. Recette à conserver pour décliner en bûche de Noël.</p> <p>◆ <i>Charlottes with seasonal fruit: a delicious, light summer dessert, made with homemade sponge fingers, a red berry mousse and citrus fruits, all with as little sugar as possible. A recipe to keep and adapt for a Yule log cake.</i></p>		

Cuisiner avec un chef étoilé !	Jean-Jacques Prévôt	Lundi matin <i>Monday morning</i>
	28	9h30 – 14h30 <i>9.30 a.m. – 2.30 p.m.</i>
<p>◆ Foie gras de canard au melon confit. Melon cocotte homard. Salade rafraîchie au pomelos, melon et amaretto.</p> <p>◆ <i>Duck foie gras with candied melon. Lobster baked in a melon shell. Fresh grapefruit and melon salad with amaretto.</i></p>		



Jeudi matin <i>Thursday morning</i>	Séverine Sagnet	Balade Gourmande
9h00 – 14h30 <i>9.00 a.m. – 2.30 p.m.</i>		
2		
<p>◆ Vous partirez en balade avec Séverine Sagnet à travers la ville d'Avignon et dégusterez, chez ses commerçants préférés, les douceurs et mets qu'elle affectionne. Vous ferez les courses au marché des Halles en fonction de ce que vous aimez pour préparer le déjeuner. De retour à La Mirande, vous cuisinerez un menu 3 plats et le dégusterez en accord avec les vins de Rasteau.</p> <p>◆ <i>Gourmet stroll. You will go on a walk with Séverine Sagnet through the city of Avignon and taste the sweets and goodies she likes at her favourite gourmet shops. You will go shopping at Les Halles market, choosing what you wish to prepare for lunch. Back at La Mirande, you will cook a 3-course menu and enjoy it with matching wines from Rasteau.</i></p>		

Samedi matin <i>Saturday morning</i>	Jean-Claude Altmayer	Menu terroir
9h30 – 14h30 <i>9.30 a.m. – 2.30 p.m.</i>		
4		
<p>◆ Escalope de ris de veau, coulis de fenouil. Filet d'agneau rôti à la fleur de thym, caviar d'aubergines. Soufflé à la chicorée.</p> <p>◆ <i>Escalope of sweetbreads, fennel coulis. Roasted lamb tenderloin with thyme flowers, eggplant caviar. Chicory soufflé.</i></p>		

Samedi matin <i>Saturday morning</i>	Youcef Djellab	La framboise
9h30 – 14h30 <i>9.30 a.m. – 2.30 p.m.</i>		
11		
<p>◆ Rosace et tartare melon, vinaigrette framboises. Filet de veau farci au foie gras et framboises, tomates cornues des Andes rôties. Tuile de framboises et gaspacho au rhum, salpicon de nectarines blanches.</p> <p>◆ <i>Melon rosette and tartare, raspberry vinaigrette. Filet of veal stuffed with foie gras and raspberries, roasted Andean tomatoes. Raspberry wafer and rum gazpacho, white nectarine salad.</i></p>		

Cuisiner avec un chef étoilé !	Marc Fontanne	Jeudi matin <i>Thursday morning</i>
16		
<p>◆ La carotte et la mimolette dans tous ses états. Filet mignon de veau à la graine de courge, fenouil en purée. Fondant au chocolat, crème à l'orange.</p> <p>◆ <i>The mimolette and the carrot in all its forms. Veal tenderloin with pumpkin seeds and fennel purée. Orange cream chocolate fondant.</i></p>		

Cuisiner en pleine conscience	Séverine Sagnet et Jessica Llop	Vendredi matin <i>Friday morning</i>
17		
<p>◆ Atelier de cuisine et de méditation en pleine conscience : comment la cuisine peut-elle devenir un outil de connexion à soi-même, aux aliments et au bien-être. Après un accueil autour d'une boisson chaude, nous méditerons autour des aliments que nous utiliserons pour préparer notre repas. Puis, nous cuisinerons en conscience et dresserons nos assiettes selon nos affinités de couleur et notre créativité. Nous apprendrons à déguster notre repas en conscience, dans l'éveil des sens et des saveurs.</p> <p>◆ <i>Cooking and mindfulness meditation workshop: how cooking can become a tool for connecting with oneself, with food and with well-being. After a welcome drink, we will meditate on the foods we will use to prepare our meal. Then, we will cook conscientiously and prepare our plates according to our color affinities and our creativity. We will learn to enjoy our meal in awareness of the awakening of the senses and flavors.</i></p>		

Cuisiner avec un chef étoilé !	Serge Chenet	Samedi après-midi <i>Saturday afternoon</i>
18		
<p>◆ Tartare de thon de méditerranée et escalope de foie gras poêlée aux aromates et herbes folles. Filet de rouget de méditerranée, artichauts violets crus et cuits, jus de bouillabaisse et safran du Gard. Crème brûlée à la lavande et bugne vanillée.</p> <p>◆ <i>Mediterranean tuna tartare and pan-fried escalope of foie gras with wild herbs and seasonings. Fillet of Mediterranean red mullet, raw and cooked purple artichokes, bouillabaisse sauce and saffron from the Gard region. Creme brulee with lavender and vanilla fritter.</i></p>		

Septembre / September

Samedi matin <i>Saturday morning</i>	Olivier Lemauiot	<i>Autour du miel</i>
9h00 – 12h00 <i>9.00 a.m. – midday</i>		
25		
<p>◆ Nous utiliserons le nectar d'abeilles des apiculteurs régionaux pour réaliser un pain d'épices aux saveurs douces, du nougat blanc, une crème glacée miel/pignon.</p> <p>◆ <i>We use bee nectar from regional beekeepers to make gingerbread with sweet flavors, white nougat, honey/pine nut ice cream.</i></p>		



Octobre / October

Street food	Pascal Ginoux	Samedi matin <i>Saturday morning</i>
		9h30 – 14h30 <i>9.30 a.m. – 2.30 p.m.</i>
		2
<p>◆ Croustillant d'oeuf bio en kadaïf, bouillon de champignons et potimarron. Lieu jaune rôti, confit d'aubergine fumée, croquette de quinoa rouge. Banoffee : banane, caramel et spéculos.</p> <p>◆ <i>Organic egg in crisp kadaïf pastry, mushroom and pumpkin broth. Roasted pollack, smoked eggplant confit, red quinoa croquette, fish broth. Banoffee pie.</i></p>		

Balade Gourmande	Séverine Sagnet	Jedi matin <i>Thursday morning</i>
		9h00 – 14h30 <i>9.00 a.m. – 2.30 p.m.</i>
		7
<p>◆ Vous partirez en balade avec Séverine Sagnet à travers la ville d'Avignon et dégusterez, chez ses commerçants préférés, les douceurs et mets qu'elle affectionne. Vous ferez les courses au marché des Halles en fonction de ce que vous aimez pour préparer le déjeuner. De retour à La Mirande, vous cuisinerez un menu 3 plats et le dégusterez en accord avec les vins de Rasteau.</p> <p>◆ <i>Gourmet stroll. You will go on a walk with Séverine Sagnet through the city of Avignon and taste the sweets and goodies she likes at her favourite gourmet shops. You will go shopping at Les Halles market, choosing what you wish to prepare for lunch. Back at La Mirande, you will cook a 3-course menu and enjoy it with matching wines from Rasteau.</i></p>		

Les légumes dans les desserts de restaurant	Jeff Mouroux	Vendredi matin <i>Friday morning</i>
		9h00 – 12h00 <i>9.00 a.m. – midday</i>
		8
<p>◆ Dessert pomme de terre vanille comme un millefeuille. Dessert au panais et au chocolat. Madeleines aux potimarron.</p> <p>◆ <i>Vanilla potato dessert like a millefeuille. Parsnip and chocolate dessert. Red huri squash madeleines.</i></p>		



Samedi matin <i>Saturday morning</i>	Olivier Lemauviot	<i>Les macarons</i>
9h00 – 12h00 <i>9.00 a.m. – midday</i>	9	

◆ Croquant à l'extérieur, fondant à l'intérieur, le macaron est d'autant plus délicieux qu'il est délicat à maîtriser. Nous vous fournirons les techniques et connaissances nécessaires, de la réalisation des coques à celle de la garniture, afin de pouvoir réaliser vos macarons à la maison. Macarons : citron/estragon, café/noix, chocolat/poire et fève de Tonka, caramel beurre salé, fruits exotiques/gingembre.

◆ *Crunchy on the outside, meltingly soft on the inside, the macaroon is all the more delicious as it is delicate to master. We will provide you with the necessary techniques and knowledge, from making the shells to that of the filling, in order to be able to make macarons at home. Macaroon flavors: lemon/tarragon, coffee/nuts, chocolate/pear and Tonka bean, salted butter caramel, exotic fruits/ginger.*

Vendredi matin <i>Friday morning</i>	Séverine Sagnet et Jessica Llop	<i>Cuisiner en pleine conscience</i>
9h00 – 14h30 <i>9.00 a.m. – 2.30 p.m.</i>	15	

◆ Atelier de cuisine et de méditation en pleine conscience : comment la cuisine peut-elle devenir un outil de connexion à soi-même, aux aliments et au bien-être. Après un accueil autour d'une boisson chaude, nous méditerons autour des aliments que nous utiliserons pour préparer notre repas. Puis, nous cuisinerons en conscience et dresserons nos assiettes selon nos affinités de couleur et notre créativité. Nous apprendrons à déguster notre repas en conscience, dans l'éveil des sens et des saveurs.

◆ *Cooking and mindfulness meditation workshop: how cooking can become a tool for connecting with oneself, with food and with well-being. After a welcome drink, we will meditate on the foods we will use to prepare our meal. Then, we will cook conscientiously and prepare our plates according to our color affinities and our creativity. We will learn to enjoy our meal in awareness of the awakening of the senses and flavors.*



<i>Cuisiner avec un chef étoilé !</i>	Serge Chenet	Samedi matin <i>Saturday morning</i>
		9h30 – 14h30 <i>9.30 a.m. – 2.30 p.m.</i>

◆ Noix de coquilles Saint-Jacques piquées d'un bois de laurier, tagliatelles de salsifis au miso, olives vertes et soja. Quasi de veau fermier rôti à la cocotte, risotto végétal, tapenade et jus corsé. Coing rôti aux épices douces, glace à la vanille Bourbon.

◆ *Scallops studded with a bayleaf twig, salsify tagliatelle with miso, green olives and soy. Free-raised veal roasted in a casserole dish, vegetable risotto, tapenade and full-bodied jus. Roasted quince with mild spices, Bourbon vanilla ice cream.*

<i>Les Saint-Jacques</i>	Pascal Barnouin	Samedi matin <i>Saturday morning</i>
		9h30 – 14h30 <i>9.30 a.m. – 2.30 p.m.</i>

◆ Carpaccio de cèpes et de Saint-Jacques, poivre de Tasmanie. Saint-Jacques fraîches grillées, patates douces de Camargue et poêlée de cèpes. Pêches de vigne rôties, sirop de coing au poivre de Tasmanie.

◆ *Carpaccio of porcini mushrooms and scallops, Tasmanian pepper. Grilled fresh scallops, sweet potatoes from the Camargue and pan-fried porcini mushrooms. Roasted vineyard peaches, quince syrup with Tasmanian pepper.*

<i>Immersion en cuisine étoilée</i>	Florent Pietravalle	Dimanche matin <i>Sunday morning</i>
		9h30 – 14h30 <i>9.30 a.m. – 2.30 p.m.</i>

◆ Vous serez dirigés vers la cuisine professionnelle de La Mirande pour une immersion avec la brigade, où vous réaliserez un repas 3 plats sous les conseils avisés du chef. Après la préparation, vous prendrez l'apéritif dans le restaurant gastronomique et serez servis par le Maître d'hôtel et son équipe pour déguster les plats préparés et accompagnés de vins de la vallée du Rhône.

◆ *You will be shown to the professional kitchen of La Mirande, for an immersive experience with the cooking team. Under the chef's supervision, you will cook a 3-course meal. After the cooking class, you will have an aperitif in the gastronomic restaurant and then be served by the maître d'hôtel and his team to enjoy the fabulous lunch you have prepared, with matching wines from the Rhone Valley.*

Prix spécial, voir pages 48-49 / *Special price applies, see pages 48-49*

Octobre / October

<p>Mercredi après-midi <i>Wednesday afternoon</i></p> <p>15h00 – 17h00 <i>3.00 p.m. – 5.00 p.m.</i></p> <p>27</p>	<p>Alexandre Malinverno</p>	<p><i>Cours de pâtisserie pour les enfants</i></p>
<p>◆ Tous déguisés pour Halloween à La Mirande. Après une partie de « trick or treat » dans les caves de La Mirande, vous préparerez des meringues fantôme, cupcakes et doigts de sorcière.</p> <p>◆ <i>All dressed up for Halloween at La Mirande. After a trick or treat hunt in the cellars of La Mirande, you will prepare ghost meringues, cupcakes and witch fingers.</i></p>		
<p>Judi matin <i>Thursday morning</i></p> <p>9h30 – 14h30 <i>9.30 a.m. – 2.30 p.m.</i></p> <p>28</p>	<p>Marc Fontanne</p>	<p><i>Cuisiner avec un chef étoilé !</i></p>
<p>◆ Crème de céleri à la truffe. Suprême de pintade en farce fine, cèpe glacé au parmesan, chips de topinambour. Gratin de fruits frais.</p> <p>◆ <i>Celery cream with truffle. Guinea fowl supreme with a delicate stuffing, porcini mushrooms glazed with Parmesan, Jerusalem artichoke chips. Fresh fruit gratin.</i></p>		
<p>Vendredi matin <i>Friday morning</i></p> <p>9h30 – 14h30 <i>9.30 a.m. – 2.30 p.m.</i></p> <p>29</p>	<p>Italia Palladino</p>	<p><i>Cuisine italienne</i></p>
<p>◆ Fabrication des gnocchis aux morilles et gambas. Réalisation de la pâte à raviolis à la courge et amaretti, sauce beurre et sauge. Tiramisu à la noisette.</p> <p>◆ <i>Preparation of gnocchi with morel mushrooms and prawns. Making ravioli dough with squash and amaretti, butter and sage sauce. Hazelnut tiramisu.</i></p>		
<p>Samedi matin <i>Saturday morning</i></p> <p>9h30 – 14h30 <i>9.30 a.m. – 2.30 p.m.</i></p> <p>30</p>	<p>Jean-Claude Altmayer</p>	<p><i>Terre mer</i></p>
<p>◆ Saint-Jacques lutées aux cèpes. Sarcelle (petit canard sauvage) rôti façon terre-mer. Tarte fine aux figues et coulis de cassis.</p> <p>◆ <i>Pastry-sealed scallops with porcini mushrooms. Surf and turf wild duck. Thin-crust fig tart and blackcurrant coulis.</i></p>		

Novembre / November

<p><i>Profiteroles et éclairs</i></p>	<p>Olivier Lemauviot</p>	<p>Samedi matin <i>Saturday morning</i></p> <p>9h00 – 12h00 <i>9.00 a.m. – midday</i></p> <p>6</p>
<p>◆ Quelle belle gourmandise ! Réalisation de la pâte à choux, glace à la vanille et sauce au chocolat chaud, une crème chantilly pour souligner cette gourmandise que nous partagerons ensemble autour d'un thé. Et vous repartirez avec des éclairs au parfum de vanille et glaçage chocolat ainsi qu'une surprise gourmande révélée lors du cours !</p> <p>◆ <i>What a great treat! Making choux pastry, vanilla ice cream and hot chocolate sauce, a whipped cream to highlight this delicacy that we will share together over a cup of tea. And you will leave with vanilla-flavored, chocolate-iced eclairs as well as a gourmet surprise revealed during the class!</i></p>		
<p><i>Cours de pâtisserie pour les enfants</i></p>	<p>Alexandre Malinverno</p>	<p>Mercredi après-midi <i>Wednesday afternoon</i></p> <p>15h00 – 17h00 <i>3.00 p.m. – 5.00 p.m.</i></p> <p>10</p>
<p>◆ Brownies chocolat et rose des sables. Viens participer à un cours de pâtisserie, déguste tes préparations avec tes parents et emporte quelques-unes de tes réalisations à la maison.</p> <p>◆ <i>Chocolate brownies and desert rose crisps. Come take part in a pastry class, taste your creations with your parents and take some samples home.</i></p>		
<p><i>Balade Gourmande</i></p>	<p>Séverine Sagnet</p>	<p>Judi matin <i>Thursday morning</i></p> <p>9h00 – 14h30 <i>9.00 a.m. – 2.30 p.m.</i></p> <p>11</p>
<p>◆ Vous partirez en balade avec Séverine Sagnet à travers la ville d'Avignon et dégusterez, chez ses commerçants préférés, les douceurs et mets qu'elle affectionne. Vous ferez les courses au marché des Halles en fonction de ce que vous aimez pour préparer le déjeuner. De retour à La Mirande, vous cuisinerez un menu 3 plats et le dégusterez en accord avec les vins de Rasteau.</p> <p>◆ <i>Gourmet stroll. You will go on a walk with Séverine Sagnet through the city of Avignon and taste the sweets and goodies she likes at her favourite gourmet shops. You will go shopping at Les Halles market, choosing what you wish to prepare for lunch. Back at La Mirande, you will cook a 3-course menu and enjoy it with matching wines from Rasteau.</i></p>		

Vendredi matin <i>Friday morning</i>	Jeff Mouroux	<i>Les meringues</i>
9h00 – 12h00 <i>9.00 a.m. – midday</i>	12	
<p>◆ Réalisation d'une pavlova avec de la meringue à la française, d'une tarte au citron meringuée à l'italienne ainsi que des grosses meringues et des décors en meringue suisse.</p> <p>◆ <i>Preparation of a pavlova with French meringue. Making a lemon meringue pie with Italian meringue. Preparing large meringues and meringue decorations using Swiss meringue.</i></p>		
Samedi matin <i>Saturday morning</i>	Italia Palladino	<i>La truffe blanche d'Alba</i>
9h00 – 14h30 <i>9.00 a.m. – 2.30 p.m.</i>	13	
<p>◆ Saint-Jacques à la noisette du Piémont IGP, mousseline de cerfeuil tubéreux, truffe blanche d'Alba. Raviolone de ricotta et œuf fondant, sauce beurre et sauge, truffe blanche d'Alba. Soufflé vanille et truffe blanche d'Alba.</p> <p>◆ <i>Alba's white truffle. Scallops with Piedmont IGP hazelnuts, tuberous chervil mousseline, white Alba truffle. Raviolone of ricotta and fondant egg, butter and sage sauce, white Alba truffle. Vanilla and white Alba truffle soufflé.</i></p> <p>Prix spécial, voir pages 48-49 / <i>Special price applies, see pages 48-49</i></p>		
Samedi matin <i>Saturday morning</i>	Pascal Barnouin	<i>Les champignons</i>
9h30 – 14h30 <i>9.30 a.m. – 2.30 p.m.</i>	20	
<p>◆ Œuf parfait, butternut confit, cèpes et trompettes, mâche et vinaigrette à l'huile de truffe. Bar de ligne, potimarron braisé, girolles poêlées. Mousse aux pommes rôties et caramélisées, caramel et tuile de pomme.</p> <p>◆ <i>The perfect egg, butternut confit, porcini and horn of plenty mushrooms, lamb's lettuce and truffle oil vinaigrette. Line-fished seabass, braised red kuri squash, pan-fried chanterelles. Roasted and caramelized apple mousse, caramel and apple wafer.</i></p>		
Jedi matin <i>Thursday morning</i>	Michel Meissonnier	<i>Lièvre à la royale</i>
9h30 – 14h30 <i>9.30 a.m. – 2.30 p.m.</i>	25	
<p>◆ Millefeuille de langoustines et perce-pierre. Le lièvre à la royale, mousseline de topinambours. Entremet ananas-coco.</p> <p>◆ <i>Millefeuille of langoustines and sea fennel. Hare à la royale, Jerusalem artichoke mousseline. Pineapple-coconut dessert.</i></p>		

<i>Bientôt les fêtes !</i>	Youcef Djellab	Vendredi matin <i>Friday morning</i>
		26
<p>◆ Noix de Saint-Jacques, lard di Colonata, julienne de jeunes poireaux au gingembre. Volaille de Bresse farcie au foie gras et champignons, légumes racines confits. Millefeuille aux poires, caramel au beurre salé.</p> <p>◆ <i>Scallops, Colonata bacon, julienne of young leeks with ginger. Bresse poultry stuffed with foie gras and mushrooms, slow-cooked root vegetables. Millefeuille with pears, salted butter caramel.</i></p>		
<i>Cocooning chocolat !</i>	Aline Géhant	Samedi matin <i>Saturday morning</i>
		27
<p>◆ Offrez-vous un moment de chocolat à La Mirande. Confectionnez et repartez avec vos mendiants au chocolat noir et au lait, réalisez votre pâte à tartiner aux fruits rouges ainsi que des truffes au chocolat. Sur place, laissez-vous aller et dégustez quelques ganaches avec une coupe de champagne dans les salons de La Mirande.</p> <p>◆ <i>Give yourself a chocolate moment at La Mirande. Make and take away your dark and milk chocolate "mendiants" studded with dried fruits and nuts, chocolate truffles, chocolate-and-red berry spread. After the class, indulge yourself with some ganache chocolates and a glass of champagne in the salons of La Mirande.</i></p> <p>Prix spécial, voir pages 48-49 / <i>Special price applies, see pages 48-49</i></p>		
<i>Immersion en cuisine étoilée</i>	Florent Pietravalle	Dimanche matin <i>Sunday morning</i>
		28
<p>◆ Vous serez dirigés vers la cuisine professionnelle de La Mirande pour une immersion avec la brigade, où vous réaliserez un repas 3 plats sous les conseils avisés du chef. Après la préparation, vous prendrez l'apéritif dans le restaurant gastronomique et serez servis par le Maître d'hôtel et son équipe pour déguster les plats préparés et accompagnés de vins de la vallée du Rhône.</p> <p>◆ <i>You will be shown to the professional kitchen of La Mirande, for an immersive experience with the cooking team. Under the chef's supervision, you will cook a 3-course meal. After the cooking class, you will have an aperitif in the gastronomic restaurant and then be served by the maître d'hôtel and his team to enjoy the fabulous lunch you have prepared, with matching wines from the Rhone Valley.</i></p> <p>Prix spécial, voir pages 48-49 / <i>Special price applies, see pages 48-49</i></p>		

Les menus de fêtes de nos grands chefs Our chefs' festive holiday menus

Samedi matin <i>Saturday morning</i>	Jean-Claude Altmayer	4	Repas de fêtes
9h30 – 14h30 <i>9.30 a.m. – 2.30 p.m.</i>			
<p>◆ Velouté de topinambours, gambas et éclats de truffe. Côtes de marccassin et châtaignes. Petites crêpes à la clémentine en chaud-froid.</p> <p>◆ <i>Jerusalem artichoke velouté, prawns and truffe chips. Young wild boar chops and chestnuts. Chaud-froid of small clementine crepes.</i></p>			

Dimanche matin <i>Sunday morning</i>	Olivier Lemauiot	5	Les bûches de Noël
9h00 – 12h00 <i>9.00 a.m. – midday</i>			
<p>◆ Réalisation de biscuits adaptés aux bûches avec des garnitures gourmandes aux parfums de marrons et confit de clémentines, café/mascarpone/amaretto, chocolat à la gelée de griottes. La bûche « Castel » au praliné maison. Nous monterons et décorerons nos bûches. Des idées à profusion avant de préparer les fêtes de Noël !</p> <p>◆ <i>Making cakes that are suitable for Yule logs with different gourmet garnishes: chestnuts and clementine confit, coffee/mascarpone/amaretto, chocolate with cherry jelly and the 'Castel' Yule log with homemade praline. We will assemble and decorate our Yule log cakes. Ideas galore to get ready for Christmas!</i></p>			

Jeudi matin <i>Thursday morning</i>	Séverine Sagnet	9	Balade Gourmande de fête
9h00 – 14h30 <i>9.00 a.m. – 2.30 p.m.</i>			
<p>◆ Vous partirez en balade avec Séverine Sagnet à travers la ville d'Avignon et dégusterez, chez ses commerçants préférés, les douceurs et mets qu'elle affectionne. Vous ferez les courses au marché des Halles en fonction de ce que vous aimez, pour préparer un déjeuner de fête. De retour à La Mirande, vous cuisinerez un menu 3 plats, comme un repas de Noël avant l'heure, et le dégusterez en accord avec les vins de Rasteau.</p> <p>◆ <i>You will go on a walk with Séverine Sagnet through the city of Avignon and taste the sweets and goodies she likes at her favourite gourmet shops. You will go shopping at Les Halles market, choosing what you wish to prepare for lunch. Back at La Mirande, you will cook a 3-course menu and enjoy it with matching wines from Rasteau.</i></p>			

Repas de fête de tradition	Michel Meissonnier	10	Vendredi matin <i>Friday morning</i>
			9h30 – 14h30 <i>9.30 a.m. – 2.30 p.m.</i>
<p>◆ Foie gras chaud, tatin de céleri. Chapon rôti au foin. Bûche aux marrons confits.</p> <p>◆ <i>Warm foie gras, celeriac tatin. Capon roasted on hay. Yule log with candied chestnuts.</i></p>			

Repas de fête à la truffe	Pascal Barnouin	11	Samedi matin <i>Saturday morning</i>
			9h30 – 14h30 <i>9.30 a.m. – 2.30 p.m.</i>
<p>◆ Terrine et ballotine de foie gras aux truffes. Suprême de chapon de Bresse farci foie gras et truffe, écrasé de pommes de terre ratte aux truffes, jus de volaille. Le tout chocolat : panna cotta, mousse et truffes.</p> <p>◆ <i>Terrine and ballotine of foie gras with truffes. Bresse capon supreme stuffed with foie gras and truffes, mashed fingerling potatoes with truffes, poultry jus. Everything chocolate: panna cotta, mousse and truffes.</i></p> <p>Prix spécial, voir pages 48-49 / <i>Special price applies, see pages 48-49</i></p>			

Cours de pâtisserie pour les enfants	Alexandre Malinverno	15	Mercredi matin <i>Wednesday morning</i>
			9h30 – 14h30 <i>9.30 a.m. – 2.30 p.m.</i>
<p>◆ Les bûches de Noël au chocolat. Viens participer à un cours de pâtisserie, déguste tes préparations avec tes parents et emporte quelques-unes de tes réalisations à la maison.</p> <p>◆ <i>Chocolate Yule log cakes: come take part in a pastry class, taste your creations with your parents and take some samples home.</i></p>			

Menu de fêtes à la truffe noire	Elisabeth Bourgeois	16	Jeudi après-midi <i>Thursday afternoon</i>
			15h00 – 17h00 <i>3.00 p.m. – 5.00 p.m.</i>
<p>◆ La truffe entière à la croûte de pain, salade d'herbes folles. Poularde truffée « mère cuisinière », bouillon clair et petites quenelles truffées, légumes du moment. Crème brûlée à la truffe.</p> <p>◆ <i>A whole truffe in a bread crust, wild herb salad. Truffled poulard, traditional home-cooked style, clear broth and small truffe dumplings, seasonal vegetables. Truffe crème brûlée.</i></p> <p>Prix spécial, voir pages 48-49 / <i>Special price applies, see pages 48-49</i></p>			

Décembre / December

Vendredi matin
Friday morning

9h30 – 14h30
9.30 a.m. – 2.30 p.m

17

Séverine
Sagnet

*Menu de fêtes
simple et
efficace*

◆ Raviole de langoustines, bisque à la citronnelle et citron caviar. Dentelle de poisson de pêche du jour en cuisson minute dans un bouillon de coquillages. Pavlova meringue double crème et fruits exotiques.

◆ *Langoustine ravioli, lemongrass bisque and caviar lime. Lace-thin fish of the day cooked at the last minute in a shellfish broth. Double cream meringue pavlova with tropical fruits.*

Samedi matin
Saturday morning

9h30 – 14h30
9.30 a.m. – 2.30 p.m

18

Youcef
Djellab

Menu de fêtes

◆ Crémeux d'artichaut et œuf bio parfait, soupçon de truffe. Croustillant de turbot au beurre de cèpes, petit toast et cannelloni de sous-bois. Sabayon de clémentines de Corse et fruits de la passion en coque.

◆ *Creamy artichoke and organic egg with a hint of white Alba truffles. Crispy turbot with porcini butter, small toast and cannelloni with mushrooms. Sabayon of Corsican clementines and passion fruit on the shell.*



Atelier enfants *Children's cooking class*



L'atelier des petits Marmitons... à partir de 7 ans

Les enfants aussi cuisinent comme des chefs. L'art de bien manger, de connaître et d'acheter les bons produits, d'associer les textures et les couleurs. C'est tout petit que cela s'apprend !

Le chef éveillera leurs papilles et leur créativité. Du chocolat, du croustillant, du fondant, des jeux et des rires pour des moments éducatifs et ludiques. De l'apprentissage des recettes... au goûter... deux heures de pure gourmandise qui se termineront en dégustation !

Pour les enfants : cours de pâtisserie, goûter et jus de fruits : 50 €

Children cooking classes... from 7 years old

Children can also cook up a storm! The art of eating well, recognizing and buying good products, combining textures, colours and tastes. Can all be learnt when you're small!

The chef will introduce children to taste and creativity. Chocolate, crispy and soft treats, laughter and games make for delicious learning! From making the recipes... to the mid-afternoon snack... three hours of sweet delights!

For children: class, snacks and fruit juices: 50 €

Mercredi 24 février	<i>Tout sur la brioche !</i>	page 16
Mercredi 3 mars	<i>Tartelette aux fraises</i>	page 17
Mercredi 31 mars	<i>Les oeufs de Pâques !</i>	page 20
Mercredi 27 octobre	<i>Tous déguisés pour Halloween</i>	page 38
Mercredi 10 novembre	<i>Brownies chocolat, rose des sables</i>	page 39
Mercredi 15 décembre	<i>Les bûches de Noël</i>	page 43

Ateliers pâtisserie et chocolat *Pastries and chocolate classes*



Les conseils d'un chef pour réaliser tous les desserts dont vous rêviez, c'est possible !

The advice of a chef to help you create all the desserts you've dreamt of is a dream that can come true!

Samedi 6 mars <i>Saturday, March 6th</i>	Cocooning chocolat ! <i>Cocooning chocolate!</i>	page 18
Samedi 13 mars <i>Saturday, March 13th</i>	La forêt noire <i>The black forest</i>	page 19
Samedi 10 avril <i>Saturday, April 10th</i>	Les pâtisseries bretonnes <i>Britanny pastries</i>	page 21
Samedi 8 mai <i>Saturday, May 8th</i>	Délicieuses tartes élaborées <i>Delicious elaborated tarts</i>	page 25
Samedi 22 mai <i>Saturday, May 22nd</i>	Gâteau de célébration <i>Celebration's cake</i>	page 28
Samedi 12 juin <i>Saturday, June 12th</i>	Omelette norvégienne et sorbets aux fruits d'été <i>Baked Alaska and Summer fruit sorbets</i>	page 30
Samedi 26 juin <i>Saturday, June 26th</i>	La charlotte aux fruits rouges <i>Charlotte with red fruit</i>	page 31
Samedi 25 septembre <i>Saturday, September 25th</i>	Autour du miel <i>Around honey</i>	page 34
Samedi 9 octobre <i>Saturday, October 9th</i>	Les macarons <i>Macarons</i>	page 36
Samedi 6 novembre <i>Saturday, November 6th</i>	Profiteroles et éclairs <i>Choux profiteroles and eclairs</i>	page 39
Samedi 27 novembre <i>Saturday, November 27th</i>	Cocooning chocolat ! <i>Cocooning chocolate!</i>	page 41
Dimanche 5 décembre <i>Sunday, December 5th</i>	Les bûches de Noël <i>Yule logs</i>	page 42

Les tarifs

Le cours de cuisine (du lundi au vendredi)	130 €
Le cours de cuisine (samedi et dimanche)	145 €
Déjeuner invité	90 €
Cours de cuisine « truffe-homard » / Invité	175 € / 135 €
Immersion en cuisine professionnelle	175 € / 145 €
Cours de cuisine en exclusivité (10 personnes min.)	145 €
Cours de cuisine pour les enfants, dès 7 ans	50 €
Le cours de pâtisserie (du lundi au vendredi)	85 €
Le cours de pâtisserie (samedi et dimanche)	95 €
Atelier chocolat	115 €
4 cours de cuisine par semaine (hors week-end et cours truffe)	490 €
Abonnement de 10 cours (hors cours truffe et week-end)	1100 €
Dîner à <i>La Table Haute</i>	105 €
Tablier professionnel brodé La Mirande	29,50 €

Nos tarifs s'entendent toutes taxes comprises. Les dates et termes peuvent être modifiés sans préavis. Réservations et annulations :

- Le nombre de participants doit être au minimum de 8 personnes. Si ce nombre n'est pas atteint pour un cours de cuisine, il sera annulé.
- L'École de Cuisine de La Mirande est un lieu qui reçoit une vingtaine de chefs. Il se peut qu'ils aient des contraintes de dernière minute. Dans ces cas-là, La Mirande se réserve le droit d'annuler ou de déplacer les cours.
- Le nombre de places disponibles est limité à 12 personnes. Au delà, les demandes sont placées sur une liste d'attente et contactées en cas de désistement.
- Une option devient réservation ferme avec 50 % du montant des cours versés à titre d'acompte au moment de la réservation.
- En cas d'annulation de la part du participant à moins de 3 semaines avant la date du cours, l'acompte sera remboursé (-10 %) si la place est relouée. Si ce n'est pas le cas, l'acompte sera conservé. Dans le cas d'une réservation avec un bon cadeau délivré par La Mirande, la réservation est prise puis confirmée au minimum une semaine avant par la responsable des cours de cuisine. Si le participant ne se présente pas au cours de cuisine ou annule sa réservation, le bon cadeau sera considéré comme consommé.

Prices

<i>Cooking class (Monday to Friday)</i>	€ 130
<i>Cooking class (Saturday and Sunday)</i>	€ 145
<i>Guest for lunch</i>	€ 90
<i>"Truffle-lobster" cooking class/ Guest for the meal</i>	€175/€135
<i>Professional kitchen immersion/ Guest for the meal</i>	€ 175/€ 145
<i>Private cooking class (10 participants min.)</i>	€ 145
<i>Children's cooking class, from 7 years old</i>	€ 50
<i>Pastry class (Monday to Friday)</i>	€ 85
<i>Pastry class (Saturday and Sunday)</i>	€ 95
<i>Chocolate workshop</i>	€ 115
<i>4 cooking classes a week (weekends and truffle classes excepted)</i>	€ 490
<i>Subscription for 10 classes (weekends and truffle classes excepted)</i>	€ 1100
<i>Dinner at La Table Haute</i>	€ 105
<i>Professional apron embroidered La Mirande</i>	€ 29.50

Prices include all taxes. Prices and terms are subject to change without notice. Reservation and cancellation policy:

- *The course will be cancelled if we have less than 8 participants. Registration is limited to a maximum of 12 participants. Beyond that number, names will be placed on a waiting list and contacted if a space opens up. A deposit of 50% is required when booking a class to confirm the reservation. In the event of a cancellation by the participant, less than 3 weeks prior to the class, the deposit (-10%) will be refunded if another participant is found to fill the space.*
- *If booking with a gift voucher, the reservation becomes definite 1 week prior to the class and cannot be cancelled or postponed after that date. The course can be cancelled if we have less than 8 participants.*
- *Registration is limited to a maximum of 12 participants. Beyond that number, names will be placed on a waiting list and contacted if a space opens up. A deposit of 50% is required at the reservation to confirm registration. In the event of a cancellation by the participant, less than 3 weeks prior to the class, the deposit (-10%) will be refunded if another participant is found to fill the space. In case you book with a gift voucher, the reservation becomes definite 1 week prior to the class and cannot be anymore cancelled or postponed.*



La Table Haute de La Mirande De la ferme à la Table...

Dans l'ancienne cuisine de La Mirande, le fourneau à bois du XIX^e siècle a repris du service.

En dehors des restrictions gouvernementales, tous les mardis, mercredis, jeudis, vendredis et samedis soirs à partir de 20 heures, le chef de la *Table Haute*, Séverine Sagnet et son acolyte Alexandre Malinverno vous invitent à partager leur passion pour la cuisine. Ils prépareront sous vos yeux, dans des casseroles en cuivre, des mets imaginés au retour de leur marché et provenant des produits fermiers des alentours. Car la philosophie de la *Table Haute*, c'est de faire au plus court entre la ferme et la fourchette... Saveurs à déguster autour de la grande *Table Haute* en accord mets et vins de la Vallée du Rhône, dans la plus grande convivialité...

La Mirande's Guest Table From farm to Table...

Outside of government restrictions, every Tuesday, Wednesday, Thursday, Friday and Saturday at 8 pm, we organize a delightful dinner at the 'Table Haute' in our 19th century kitchen.

Guests are invited to sit around the huge wooden table, at one end of which the head chef Séverine Sagnet and his assistant Alexandre Malinverno prepare the meal, which they cook in front of you in old copper pans, on the 19th century wood-fired range. The fixed menu, using fresh farm produce, is chosen according to the daily market, because the Chefs believe in taking the shortest route possible from farm to table... Savoury dishes served around the big Table Haute, paired with wines from the Rhone Valley chosen by our sommelier, make for a special moment in a warm and friendly atmosphere!

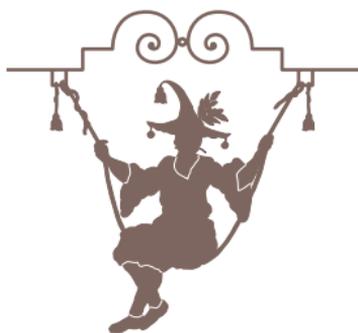


Rasteau, le Cru « Corps & Âme »

Cru Rasteau Rouge et Vins Doux Naturels Rasteau

www.vins-rasteau.com





LA MIRANDE
AVIGNON

HÔTEL *****
RESTAURANT
TABLE HAUTE
ÉCOLE DE CUISINE
SALON DE THÉ
BOUTIQUE
BAR

4, place de l'Amirande
F-84000 Avignon
Tél. +33 (0)4 90 14 20 20
mirande@la-mirande.fr
www.la-mirande.fr

GPS 43°57'00.44"N/4°48'27.43"E