

# Cours de cuisine : Brunch Addict

***Un cours savoureux pour celles et ceux qui aiment cuisiner, partager... et  
bruncher sans modération !***

## ***Le brunch, qu'est-ce que c'est ?***

Le terme « brunch » est la contraction de breakfast (petit-déjeuner) et lunch (déjeuner).

Il est apparu au Royaume-Uni à la fin du 19<sup>e</sup> siècle avant de se répandre aux États-Unis, où il devient rapidement une tradition dominicale. Pensé comme un moment convivial, gourmand et détendu, le brunch mélange des mets sucrés et salés servis en buffet ou à l'assiette. Aujourd'hui, il s'invite dans les foyers comme dans les restaurants, en version classique ou revisitée selon les cultures du monde.

## **Objectif du cours :**

Découvrir les origines du brunch, sa dimension culturelle et culinaire, tout en apprenant à composer un brunch complet et original à chaque séance.

## **Au menu :**

À chaque séance :

- 2 recettes salées
- 2 recettes sucrées
- 1 boisson maison

... et plus si affinités ! En fonction des envies du groupe, des produits de saison ou de l'inspiration du moment, certaines séances pourront aller plus loin.

Chaque séance permettra de composer un brunch à thème, à déguster sur place.

## **Quelques exemples :**


- Œufs Bénédicte, shakshuka, avocado toast
- Pancakes au sirop d'érable, granola maison, brioche perdue
- Café frappé, iced tea, smoothie fruité


Et bien d'autres surprises...


### Organisation :


 Dates : 14 mercredis soir. Voir horaire

<https://www.cefor.be/formations.php?Horaires=1&C=czo00il4MzY3ljs=>

 Horaire : de 17h00 à 22h10 – première session le mercredi 11 février 2026.


 Lieu : EAFC – CEFOR Namur

 Public cible : tous les adultes curieux de cuisine, en quête de moments gourmands et conviviaux. Aucun prérequis nécessaire.

 Prix : 15€/séance vous seront demandés. La désignation d'un trésorier se fera lors de la première séance de cours.

Chaque semaine une personne sera désignée pour réaliser les courses.

Ces achats seront bien entendu remboursés par la cagnotte commune.

 Dégustation sur place

 Recettes fournies à chaque séance sur votre page Enora

- Liste du matériel à avoir à chaque cours :
  - Un couteau demi-chef
  - Un couteau d'office
  - Un économe
  - 2 essuie-vaisselle
  - Une lavette
  - Tenue :
    - Pantalon long – jeans accepté
    - Haut manches longues
    - Tablier
    - Chaussures de sécurité
    - Charlotte

Un e-mail récapitulatif sera envoyé aux participants avant le premier cours rappelant le matériel à amener et l'organisation concrète du cours.

### Pourquoi s'inscrire ?

Parce que cuisiner le brunch, c'est aussi apprendre à prendre son temps, créer du lien et se faire plaisir.

Un cours idéal pour apprendre en s'amusant, dans une ambiance chaleureuse, tout en développant des compétences culinaires variées.