

L'ATELIER DE FRED
DES COURS DE CUISINE PAS COMME LES AUTRES

DOSSIER DE PRESSE



CONCEPT

« Apprendre à réaliser une entrée, un plat et un dessert à la fois authentiques, inventifs et accessibles en un temps et un budget limités », telle est la devise de l'Atelier de Fred, des cours de cuisine pas comme les autres.

Dans l'intérieur chaleureux de son atelier-cuisine situé au cœur du Marais, Fred vous apprend en 3 heures à épater vos amis gourmets et gourmands. Conviviaux par le nombre restreint d'élèves (5), dynamiques grâce à la conduite de Fred et interactifs parce que chacun met la main à la pâte, ces cours de cuisine pas comme les autres se veulent à la fois un modèle d'organisation et une source d'inspiration culinaire. Les 2 premières heures sont consacrées à la préparation, la dernière heure étant dédiée à la dégustation des plats, accompagnée (il va sans dire) d'un vin adéquat. Un plus qui a son importance : les cours peuvent aussi être dispensés en anglais...

Parce que le plaisir de cuisiner s'apprécie à tout âge, Fred (titulaire du BAFA) propose également le mercredi midi des ateliers pour les 9-12 ans. L'Atelier de Fred est l'occasion rêvée pour les cuisiniers en culottes courtes de s'initier, voire de se perfectionner, à une cuisine des plus ludiques et innovantes. Au final, tous dégustent le super déjeuner autour d'une table savamment décorée avec une très jolie vaisselle ancienne : une occasion supplémentaire de les initier à l'art de la table... D'une durée de 2 heures, ces ateliers peuvent accueillir jusqu'à 5 enfants.

A QUI S'ADRESSENT CES COURS ?



Amateurs de bonne chère, non-initiés, cuisiniers en herbe ou un tantinet confirmés, l'Atelier de Fred s'adresse avant tout aux hédonistes et aux bons vivants, à tous ceux pour qui la générosité et l'art du « bien-vivre » se retrouvent dans le plaisir de recevoir, mais qui se heurtent trop souvent à des contraintes de temps, d'imagination, voire d'argent...

Les ateliers pour enfants du mercredi s'adressent, quant à eux, aux 9-12 ans, gourmands et curieux, ayant envie de passer un moment à la fois éducatif et ludique. C'est aussi pour eux l'occasion d'épater leur maman ou leurs copains en leur faisant partager leur nouveau savoir-faire de retour à la maison !

LE LIEU



En plein cœur du 3ème arrondissement, l'Atelier de Fred bénéficie d'un emplacement unique, ouvert sur une rue piétonnière qui en fait un véritable rendez-vous de quartier pour les habitants du Marais, de Montorgueil et des Halles. Par sa situation centrale et son accès facile (M° Arts et Métiers ou République), il saura également séduire une clientèle plus excentrée.

Dans un décor chaleureux et un environnement familial, tant en termes d'espace que d'équipement, les élèves se sentent à l'Atelier « comme chez eux ». Chacun y apprend à cuisiner dans « les conditions du réel », c'est à dire avec des moyens similaires à ceux dont ils disposent chez eux... idéal pour ne pas être désemparés lorsqu'ils se retrouvent devant leurs propres fourneaux.



HORAIRE

Particulièrement sensible au rythme parisien, l'Atelier de Fred se veut adapté aux disponibilités de chacun en proposant un large éventail de créneaux horaires : un samedi matin, une nocturne le mercredi ou bien un vendredi midi pour cause de RTT : libre à chacun de satisfaire ses envies !

Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
10H00 13H00	11H00 13H00	10H00 13H00	10H00 13H00	10H00 13H00
19H30 22H30	19H30 22H30	19H30 22H30	19H30 22H30	

Ateliers

pour les enfants

Cook-Dating



TARIFS

Prix du cours par adulte : 60 € pour 3 heures, comprenant, pour chaque élève, les matières premières, le prêt d'un tablier et d'un torchon, les fiches-recettes, le cours de cuisine et la dégustation accompagnée d'un verre de vin approprié au menu.

Prix du cours par enfant dans le cadre des ateliers-enfants du mercredi : 35 € pour 2 heures, comprenant, pour chaque élève, les matières premières, le prêt d'un tablier et d'un torchon, les fiches-recettes, le cours de cuisine et la dégustation.



AU MENU

Pour les adultes : « Fruits de mer au lait de coco, Cabillaud au bacon et sauce tartare, tarte aux quetsches», « Moules marinières, coquelets en croûte, papillotes d'abricots rôtis aux amandes » ou bien encore « Tatin aux échalotes, poulet parfumé au curry vert, tarte au chocolat », à chaque semaine son menu, à la fois simple, équilibré et un tantinet exotique...

Pour les enfants âgés de 9 à 12 ans : chaque mercredi, Fred propose de s'éclater autour de la réalisation d'un plat à la fois authentique et inventif : poulet thaï en papillote, pizza pas comme les autres, coleslaw hawaïen, club-sandwich, quiche surprise, mezzés revisités... tout est réuni pour que les enfants soient familiarisés aux produits frais et sensibilisés aux herbes, ainsi qu'aux épices.



FRED BY FRED

Après avoir travaillé 10 ans pour le cinéma et la télévision, dans le domaine de la promotion et de l'événementiel, Frédéric Chesneau décide, la trentaine passée, de se consacrer pleinement à sa passion première, la Cuisine, avec l'Atelier de Fred, « des cours de cuisine pas comme les autres ».

C'est pour lui l'occasion de transmettre ce qui a ponctué son quotidien tout au long de ces 10 dernières années : parvenir à concilier des responsabilités accaparantes et le plaisir de recevoir ses amis en préparant un dîner à la fois simple, authentique et original, en un temps et un budget limités. C'est également pour lui l'opportunité de donner des recettes de spécialités glanées au détour de ses nombreux voyages en Europe, en Asie, en Afrique du Nord et en Amérique du Sud.

Vous pourrez aisément apprécier la qualité et la simplicité de la cuisine de ce chef gourmand et gourmet, curieux et jouisseur, et serez charmés par son approche tout à la fois décontractée et dynamique de ses cours.

COMMENT S'INSCRIRE ?



Pour connaître les menus pour les 2 mois à venir et s'inscrire aux cours en temps réel, rendez-vous sur le site internet :

www.latelierdefred.com

Autres possibilités :

téléphonez au 01 40 29 46 04

ou passez directement à l'Atelier aux heures d'ouverture.

COMMENT S'Y RENDRE ?



L'ATELIER DE FRED - 6 RUE DES VERTUS - PARIS 3^{EME} - METRO : ARTS & METIERS

CONTACT



Pour télécharger le dossier de presse ainsi que les photos de l'Atelier de Fred : **www.latelierdefred.com**
(rubrique « Point Presse »)

Pour tout autre renseignement, contactez directement Fred :

par e-mail : **pointpresse@latelierdefred.com**

ou

par téléphone : **01 40 29 46 04**