

# RETOUR de pêche

• ATELIERS & BALADES CULINAIRES •  
• SAINT MALO •

**ORGANISATION D'UN MOMENT CONVIVIAL**

**LORS D'UN ATELIER DE CUISINE OU UNE BALADE CULINAIRE**

# Votre besoin, vos envies



## ORGANISATION D'UN MOMENT CONVIVIAL ET GOURMAND

Dans le cadre de votre activité, vos clients individuels ou professionnels peuvent rechercher des activités et des expériences authentiques et locales valorisant le patrimoine culinaire Breton.

Vous trouverez ci-après le détail des activités que je peux vous proposer :

- Atelier de cuisine Bretonne à Saint-Malo et ses environs
- Balade culinaire à Dinard, Cancale ou sur les bords de Rance

# Activité 1 : Atelier de cuisine bretonne



## DESCRIPTIF

Nous réaliserons ensemble de A à Z un menu que vous aurez préalablement sélectionné dans la proposition de menus de saison. Il peut s'agir d'un menu Entrée/Plat/Dessert, d'un apéritif dinatoire ou d'un goûter aux saveurs bretonnes. Nous cuisinons ensemble à partir de produits bruts locaux et de saison. Je vous transmets en toute convivialité mes astuces de cuisine, des nouvelles idées cuisine et des informations sur les produits et recettes bretonnes préparées. Selon la taille du groupe, je propose des animations avec d'autres prestataires partenaires dans le domaine culinaire (dégustation de vins ou cidres locaux, cuisine autour des produits de la baie du Mont Saint Michel, food tour).

## QUAND

Programmation possible du lundi au dimanche, à l'heure de votre choix (selon disponibilités)

Atelier participatif d'1h à 3h30, dégustation incluse

# Activité 1 : Atelier de cuisine bretonne



## TARIF

Sur devis, en fonction du nombre de personnes, du lieu et du menu sélectionné.

Voici une grille forfaitaire à titre indicatif.

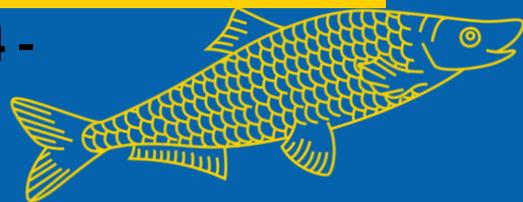
Le tarif inclus : les denrées, les fiches recette au format numérique, le déplacement de Fanny dans un périmètre de 20km autour de Saint-Malo.

Le tarif n'inclus pas : les boissons, la location de l'espace pour cuisiner.

	de 2 à 9 participants	de 10 à 20 participants
<b>Atelier d'1h30 (1h d'atelier + 30 minutes de dégustation)</b>	80€/pers.	70€/pers.
<b>Atelier de 3h (2h30 d'atelier + 30 minutes de dégustation)</b>	95€/pers.	85€/Pers.

## QUELQUES EXEMPLES DE MENUS DE SAISON

- AUTOMNE 2024 -



### **Autour de la Saint-Jacques**

*Tartare de Saint-Jacques  
Saint-Jacques snackées, andouille  
poêlée, écrasée de pommes de terre  
aux algues  
Breizh tiramisu : crumble, caramel au  
beurre salé, pommes confites*

### **Déjeuner à la bretonne**

*Tartare d'araignée, mayonnaise aux  
herbes  
Saint-Jacques snackées, risotto de  
sarrasin, sauce beurre blanc  
Gâteau breton ou Pommé breton*

### **Apéro Breton**

*Tartare d'algues, chips de sarrasin  
Makis bretons  
Rillettes d'araignée, blinis au sarrasin  
Velouté de chou fleur, chips de lard*

### **Kig Ha Farz**

*Le fameux plat finistérien qui en fait  
saliver plus d'un.  
Nous le réalisons ensemble de A à Z*

### **Breizh Végé' menu**

*Houmous de betteraves, sablés sarrasin  
Gnocchis de butternut, beurre de sauge,  
tuile de tomme bretonne  
Breizh tiramisu : crumble, caramel au  
beurre salé, pommes confites*

**Possibilité de création d'un menu  
sur mesure en fonction de vos  
envies ou contraintes alimentaires**

# Ils ont vécu l'expérience d'un atelier de cuisine !



“Merci Fanny pour cet atelier de cuisine aux saveurs de la Bretagne. Quelle satisfaction de repartir avec la connaissance des produits cuisinés et des recettes originales à reproduire facilement!” **Léa, Saint-Malo - atelier de cuisine « Apéro breton »**

“Ton cours de cuisine était SUPER !!  
Les recettes autour de la saint Jacques délicieuses.  
Ce fut un beau moment d'échanges, de partage et de convivialité au moment de la dégustation.  
Merci Fanny pour ta gentillesse et ta complicité”  
**Nelly, Plerguer - Atelier Cuisine Spécial Saint-Jacques**

“Le retour de l'équipe est unanime pour ce bon moment de partage, convivial, dans un beau cadre et l'intérêt des ateliers.”  
**Céline, Saint-Malo - Atelier team-building « Déjeuner Breton »**

## Activité 2 : Balade culinaire



### DESCRIPTIF

Retrouvez-moi pour une balade originale d'initiation à la pêche à pied (coquillages fouisseurs) suivie d'une dégustation de spécialités bretonnes sur la plage du lieu de pêche.

Chaque balade inclus :

- le partage des bonnes pratiques pour une pêche responsable en toute sécurité,
- mes astuces et recettes pour cuisiner les coquillages
- la dégustation de plusieurs spécialités bretonnes
- chacun peut repartir avec les coquillages pêchés pour ensuite les cuisiner chez soi
- un bon bol d'air iodé !

### OÙ

- Plage du Prieuré à Dinard, tout près de Saint-Malo
- Cancale plage de Port Picain
- Sur les bords de Rance (selon la saison)

### QUAND

Plusieurs dates proposées en fonction des horaires et coefficients de marées. Il est également possible d'organiser une balade culinaire sur mesure, si les coefficients de marées le permettent. Le programme des prochaines balades est disponible [ici](#).

### TARIF

25€/pers. pour 2 heures

12€ pour les enfants jusqu'à 12 ans (à partir de 6 ans)

Pour une balade sur mesure (hors dates programmées, devis sur demande)

# Ils ont vécu l'expérience de la balade culinaire !



“Lors d'un après-midi team building, j'ai eu le plaisir de rencontrer Fanny et de découvrir un Atelier retour de pêche. Un moment très chouette entre reconnaissance de coquillages, pêche à pied, partage de connaissances, le tout clôturer par une dégustation de délicieuses recettes bretonnes. Allez-y les yeux fermés, vous passerez un très bon moment en compagnie de Fanny !”

**Camille - Rennes (team-building)**

“Superbe balade proposée par Fanny, les pieds dans l'eau en petit groupe avec dégustation de produits locaux à la fin. Génial pour en apprendre plus sur la pêche locale et profitez de l'air iodé ! Allez y les yeux fermés, super activité pour tous”

**Marion - Saint-Malo**

“Très belle sortie. Nous avons appris beaucoup de choses sur la pêche à pied, et la dégustation de produits bretons était un vrai régal. Fanny est passionnée et a mis les petits plats dans les grands pour faire passer un bon moment à tout le groupe. Un beau moment hors du temps :)”

**Camille - Lyon**

## QUI SUIS-JE ?

FANNY, CUISINIÈRE BRETONNE ET ENGAGÉE



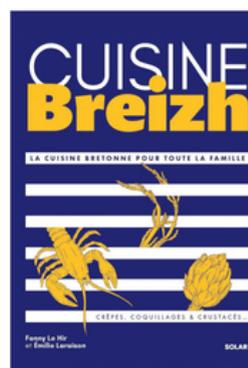
Après 18 ans passés à Brest, j'ai posé mes valises à Saint-Malo il y a 12 ans. Issue d'une famille de pêcheurs, passionnée de cuisine et épicurienne dans l'âme, j'ai à cœur de faire vivre ou revivre des recettes traditionnelles bretonnes (en les modernisant ou en cherchant les saveurs d'antan) avec des produits locaux et de saison.

Je propose :

- Des balades culinaires avec une initiation à la pêche à pied dans une démarche respectueuse de l'environnement. Pour ancrer ce moment « breton », je propose une dégustation « les pieds dans le sable » avec des produits issus de notre belle région
- Des ateliers de cuisine autour d'ingrédients et de plats traditionnels bretons (Kig Ha Farz, réaliser un plateau de fruits de mer de A à Z, préparer des coquillages farcis, cuisiner le sarrasin sous différentes formes, desserts gourmands tels que le gâteau breton, apprendre à réaliser son caramel au beurre salé, etc.).

Titulaire d'un CAP Cuisine au Lycée Hôtelier de Dinard, mon objectif est double : valoriser les produits et la cuisine bretonne et démontrer qu'une alimentation à la fois saine, économique, respectueuse de l'environnement mais avant tout gourmande est possible.

« Cuisine Breizh », mon premier livre de cuisine dédié à la cuisine bretonne paru aux Editions Solar en juin 2024 ! Vous y trouverez près de 60 recettes, du sucré au salé, de la terre à la mer, pour (re)découvrir la cuisine bretonne à travers les produits emblématiques qui la caractérise et ses spécialités si gourmandes.



CONTACT

# FANNY LE HIR

[contact@atelier-retour-de-peche.com](mailto:contact@atelier-retour-de-peche.com)

06.77.74.51.32

[Découvrir le site web](#)

Retrouvez-moi sur les réseaux sociaux :



[@atelier.retour.de.peche](#)



[Atelier Retour de Pêche](#)

