



«Desserts SANS GLUTEN  
à base de farine de riz»

JETRO  
Paris

## Atelier de cuisine bien-être

À PARTIR D'INGRÉDIENTS  
PRODUITS AU JAPON

Lundi 24 septembre 2018

de 14 h à 15 h (durée: 1h)  
et de 16 h à 17 h (durée: 1h)

École de cuisine Alain Ducasse

64, Rue du Ranelagh  
75016 Paris



«Plats à base de KONJAC»

Photos non contractuelles.



Jetro Paris\* organise un atelier de cuisine bien-être ouvert à tous. Cet atelier vous propose des recettes saines à réaliser à partir d'ingrédients produits au Japon, que vous pouvez trouver facilement dans des commerces parisiens.

Venez découvrir des recettes, savoureuses et **peu caloriques à base de konjac**, et apprendre à préparer un gâteau **sans-gluten**, très aérien et gourmand à base de **farine de riz**.

L'atelier est animé en français par Yumiko AIHARA, journaliste culinaire, les recettes et la démonstration sont réalisées par le chef Taira KURIHARA. L'atelier est suivi d'une dégustation sur place.

Recettes présentées:

- Fettuccine de konjac
  - Carpaccio de konjac
  - Chiffon cake et ses variations
- (sous réserve de modification)

**Atelier gratuit,  
Inscription obligatoire  
par mail à:  
[food-prs@jetro.go.jp](mailto:food-prs@jetro.go.jp)**

par ordre d'arrivée, dans la limite de 28 personnes par session

Pour plus d'information, merci de consulter notre site:  
<https://www.jetro.go.jp/france/missions/promotion-de-la-cuisine-japonaise.html>

\*JETRO Paris (Organisation Japonaise du Commerce Extérieur) est une agence administrative à but non-lucratif chargée de la promotion du commerce extérieur.

<http://www.jetro.go.jp/france>

Avec l'aimable participation de KIOKO qui fournit les ingrédients japonais. <https://www.kioko.fr/fr/>  
Boutique : 46, rue des Petits Champs  
75002 Paris



**Taira KURIHARA**, installé en France depuis 1972, a longtemps travaillé dans des établissements renommés et dirigé ses propres restaurants. Il est actuellement Chef de la salle à manger chez Hermès International où il réalise une cuisine saine, équilibrée et soignée.



**Yumiko AIHARA**, journaliste culinaire, est distinguée en 2016 par le ministère japonais de l'Agriculture pour son travail. Auteure de plusieurs livres en japonais sur la gastronomie française, elle écrit également de nombreux articles sur la cuisine française et japonaise.