

« Le Séminaire Bio de La Villa des Chefs »

Un cadre idéal  
Une invitation utile et prestigieuse  
&  
Des relations de travail repensées

La Villa des Chefs 



## **Le cadre : un lieu à vivre la convivialité ... et le bien-être**

C'est niché sur une colline du sud d'Aix-en-Provence que notre équipe vous accueillera, à La Villa des Chefs, pour une journée liée au bien-être et à la gastronomie.

Nous nous situons dans un lieu très privilégié, une belle propriété faite de calme et de verdure.

Facile d'accès, La Villa des Chefs \* se trouve à 10 minutes du Cours Mirabeau, à 25 minutes du Vieux Port.



## **Les ateliers variés et sur mesure : santé, sport, cuisine et dégustation**

Nous vous proposons de former une équipe ad hoc d'intervenants pour réussir chacun de nos événements.

Quelques exemples ...

Un binôme formé par un **expert naturopathe** et/ou **spécialiste de la nutrition** et un **grand Chef**, abordera l'aspect santé de la cuisine : **bilans et conseils nutritionnels (liés notamment aux habitudes alimentaires au travail), découverte de nouveaux produits et saveurs, cours de cuisine gastronomique**

A travers ces **ateliers participatifs** et construits sur mesure, **nous favorisons l'échange et la convivialité.**



Dans la bonne humeur, **le naturopathe** échange avec le groupe sur les habitudes alimentaires et conseille chacun selon son profil et ses attentes. Il propose aux participants de découvrir de nouveaux produits et de nombreux conseils sur son **hygiène alimentaire, stress et réglages alimentaires**. Le naturopathe peut également animer un atelier de jus santé et détox, porteurs de bien-être et favorisant la santé.

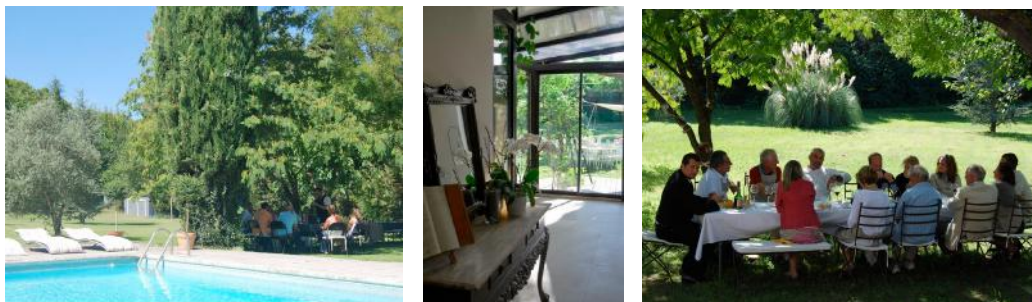
Un partage de passion ...

**Nos Chefs**, quant à eux, mènent avec les participants un **travail fédérateur**, reprenant les principes d'organisation et de répartition des tâches d'une véritable « **brigade** » d'une **cuisine de grand Chef** : technique de préparation des plats gastronomiques, découverte de saveurs, assemblages... de quoi alimenter le plaisir dans l'assiette.

Nous favoriserons la **cuisine végétale, pouvant être reproduite au quotidien**, favorisant **le plaisir et la vitalité**.



**Nos experts produits** proposeront de véritables dégustations, ludiques, mettant à l'honneur de nombreux produits dont les vertus sont parfois méconnues, tels que **l'huile d'olive, le chocolat, les épices, les huiles essentielles ou plantes en cuisine, thé**, etc.).



Le temps de se connaître et d'être ensemble...

**Nos coachs sportifs, masseurs, réflexologues, sophrologues et professeurs de yoga** animeront quant à eux des ateliers de **sport, méditation, relaxation, respiration, éveil corporel** et/ou **médecines douces**, propres au **bien-être collectif** et **individuel**, sur lesquels chacun pourra capitaliser dans son quotidien.



### **Organisation de la journée, à titre indicatif**

**(Cette chronologie pourra être revue selon les souhaits et contraintes de chacun, certains événements pourront par exemple être réalisés en après-midi et/ou soirée)**

La chronologie indicative pourra être adaptée selon vos besoins :

#### **9H30 : Accueil du groupe**

Les participants sont accueillis par notre naturopathe autour d'un thé et de quelques rafraichissements.

#### **10H : Début des ateliers découverte, cuisine et santé**

Répartis dans toute la propriété, les participants seront répartis autour de différents ateliers, dont la préparation du menu qui sera dégusté.

Le groupe 1 débute son atelier de jus et conseils nutritionnels, yoga, relaxation, sport, dégustation ...

Le groupe 2 débute son atelier de cuisine avec le Chef.

Une rotation sera prévue au bout d'un certain temps pour que chacun profite de l'ensemble des ateliers.

#### **12H15 : Début du repas, dégustation, plaisir et convivialité**



**Le repas sera ensuite dressé, à la minute, comme dans les grands restaurants (par les participants) et servi sur des tables décorées, disposées dans salle à manger.**

\* Dans La Villa des Chefs, une salle de réunion équipée pour recevoir **60 à 80 personnes** (grand écran de projection, wi-fi, paperboards, etc.) pourra être mise à disposition pour associer votre journée de loisir aux besoins de réunion de l'entreprise

## **LES CHEFS**

Le groupe sera accueilli, selon disponibilité, par l'un des chefs suivants en fonction du planning proposé ...

 <p><b>Emmanuel Renault</b> Meilleur Ouvrier de France, Compagnon, fait également partie des « Grands Chefs » Relais &amp; Châteaux, des « Grandes Tables du Monde » ainsi du prestigieux cercle des Chefs 3* au Guide Michelin.</p>	 <p><b>Ludovic Turac</b>, Restaurant Une Table, au Sud, 1* Guide Michelin, Marseille. Candidat Top Chef 2011 et aujourd'hui étoilé Michelin, ce jeune Chef possède le talent, l'ambition et [...]</p>
 <p><b>Marcel Biscay</b> (Chef pâtissier, Pasino Aix en Provence). Après une formation de pâtisserie médaillée d'or, Marcel Biscay a exercé ses fonctions de Chef pâtissier auprès de grands Chefs, [...]</p>	 <p><b>Florian Poëtte</b> s'inscrit dans une belle tradition de restaurants gastronomiques en étant aujourd'hui Chef pâtissier de l'un des plus prestigieux établissements de la région de Marseille...</p>
 <p><b>Sebastien Richard</b> (La Table de Sébastien, Istres) Un Chef qui propose approche créative de la gastronomie, porteuse des valeurs d'une nouvelle génération de cuisiniers: des produits frais, que la technique viendra sublimer pour le plaisir de tous!</p>	 <p><b>Dominique Bucaille</b> (Manosque, 1* Guide Michelin) propose une cuisine à la fois simple et résolument gastronomique. Ses cours de cuisine – à son image – sont simples et raffinés, revisitant des classiques ou créant la surprise.</p>
 <p><b>Serge Billet</b> * Voici un Champion hors norme de la pâtisserie, le seul à avoir été consacré Meilleur Ouvrier de France et Champion du Monde la même année ! Avec lui, vous viserez l'excellence dans une atmosphère sympathique et conviviale.</p>	 <p><b>Yohann Gourdon</b> * Chef pâtissier (Professeur au Lycée Hôtelier de Marseille, Compagnon du Devoir) ce passionné vous permettra de toucher du doigt la formation (la vraie!) des futurs pâtissiers de talents. Découvrez avec lui les fondamentaux de la pâtisserie.</p>
 <p><b>Jean Sulpice</b> (L'Oxalys, Val Thorens, 2* Guide Michelin) est un Chef qui très jeune a su décrocher les étoiles avec une cuisine d'altitude (2300m) très haute en goût et en couleurs! Il saura vous faire partager sa créativité, son enthousiasme et sa passion.</p>	 <p><b>Michel Portos</b> (Le Malthazar, Marseille) est un aventurier du goût! Après avoir obtenu 2* au Guide Michelin dans le magnifique St James à Bouliac, Michel Portos a été nommé Chef de l'année 2012 par le Gault et Millau.</p>



**Christophe Aribert** (2\* Guide Michelin, Les Terrasses d'Uriage-les-Bains) Présenté comme « virtuose des saveurs et peintre en couleurs », ce Chef brillant anime avec sa brigade une table de très haut niveau. Sa cuisine inventive et passionnée séduira gastronomes et gourmands.



**Guillaume Sourrieu** (L'Epuisette, Marseille, 1\* Guide Michelin) On dit que sa cuisine est inventive et se mélange entre terre et mer. Des qualités que le Chef travaille, autour d'une trilogie de goût qui a fait-entre autres la renommée de son restaurant.



**Dominique Frérard** (Maître cuisinier, Les Trois Forts, Sofitel Vieux-Port, Marseille). Chef de cuisine de l'un des restaurants les plus en vue de tout Marseille, Dominique Frérard propose une gastronomie Méditerranéenne de prestige très haute en goût.



**Lionel Lévy** (1\* Guide Michelin, Intercontinental, Hôtel-Dieu, Marseille) est résolument l'étoile montante du ciel de Marseille. Sa cuisine est une cuisine d'auteur, à la fois généreuse et ingénieuse.



**René Bergès** (Maître Cuisinier, La Table de Beurecueil) représente la force tranquille du chef expérimenté longtemps étoilé par le Guide Michelin. René Bergès a su élever son restaurant familial au rang des meilleures tables de la région aixoise.



**Jérôme Cellier** a longtemps enseigné pour petits et grands il est actuellement Chef pâtissier et glacier à Marseille.



**Thierry Renou** (Le Patio, Arcachon, 1\* Guide Michelin) Inventivité, audace. C'est dans la créativité que Thierry Renou trouve une inspiration équilibrée, partagée entre le sens du terroir et le goût des voyages.



Créatif et passionné, **Claude Krajner**, propose tout au long de l'année des nouveautés visuelles et gustatives. En 2013, le Gault & Millau le consacre parmi les 50 meilleurs chocolatiers de France.



**Bernard Bach** (2\* Guide Michelin, Le Puits Saint Jacques, Pujaudran) Une cuisine moderne et ouverte au monde, à la fois authentique et créative. Bernard Bach nous propose cet équilibre subtil qui fait la réussite des plus grands !



**Patrick Jeffroy** (2\* Guide Michelin, L'hôtel de Carantec) Côté Patrick Jeffroy lors de ses cours de cuisine à La Villa des Chefs est une occasion extraordinaire qui ne vous laissera pas indifférent.



**Davy Tissot** (Meilleur Ouvrier de France, 1\* Guide Michelin, Les Terrasses de Lyon) offre une cuisine de goût, de tradition et de spectacle! Son goût pour la rencontre et l'échange donne naissance à des cours de cuisine inoubliables.

Et leurs invités !

Rejoignez-vite notre brigade pour un événement inoubliable dans l'univers de la gastronomie santé ...