

# Cook'Anim

Et la cuisine devient facile !

[www.cookanim.com](http://www.cookanim.com)

 CookAnim



Dessin by Etoile de Rose 

# Cook'Anim

Et la cuisine devient facile !

www.cookanim.com



Votre animateur

Julien

06.67.36.24.25



## Cook'Anim, un concept unique dans la région !



- ✓ La mise en avant de vos produits maison
- ✓ Des recettes réalisées en direct avec vos produits frais
- ✓ Des fiches recettes offertes
- ✓ Une animation micro
- ✓ Des ateliers culinaires
- ✓ Le lien entre vos équipes et vos clients
- ✓ Des animations à thèmes (bar à soupes, bar à jus...)
- ✓ Un écran à disposition pour votre communication

Plus de photos et d'infos sur notre page Facebook : [CookAnim](#)



Et la cuisine devient facile !

[www.cookanim.com](http://www.cookanim.com)



Julien MULLER  
24 Les Riez  
10260 Vaudes  
06.67.36.24.25

## Données techniques et conditions d'animation

La cuisine fonctionne sur une prise 220V 15A.

L'emplacement nécessaire est de 4m<sup>2</sup> (2mx2m).

La cuisine est composée de :

- *Un plan de travail et une table pour la préparation des recettes.*
- *Un comptoir accessible aux clients pour la dégustation des produits et les fiches recettes.*
- *Une plancha électrique Forge Adour.*
- *2 plaques de cuisson à induction.*
- *1 réfrigérateur.*
- *1 écran avec affichage dynamique.*

L'accès à un point d'eau est obligatoire pour le nettoyage.

Les fiches recettes sont imprimées par nos soins.

Une réunion avec les équipes traditionnelles est importante avant le début de l'animation pour le choix des produits.

Un accès à la sonorisation générale du magasin est impératif.

Plus de photos et d'infos sur notre page Facebook : [CookAnim](#)

**50**  
Intermarché  
ANS

**Cook'Anim**

Et la cuisine devient facile !

## Boeuf sauté au soja

### Informations

Préparation 15 min  
Cuisson 15 min  
Personnes 4

### Ingrédients

3 bavettes de boeuf  
3 échalotes émincées  
1 demi poivron rouge  
1 bocal de germes de soja  
3 CS de Sauce soja  
3 CS de Sauce nuòc màm  
6 brins de ciboulette  
2 CS d'huile végétale



### Préparation

Égoutter et rincer les germes de soja.  
Couper la viande en lamelles.  
Faire chauffer l'huile dans un wok ou une poêle, et faire revenir les échalotes.  
Ajouter la viande, faire cuire 3 minutes.  
Égoutter les germes de soja et les ajouter avec les poivrons.  
Verser la sauce nuòc màm et la sauce soja, bien mélanger et laisser cuire 5 minutes.

Décorer avec la ciboulette ciselée et servir aussitôt avec du riz blanc.

Retrouvez l'actualité de Cook'Anim sur notre page facebook CookAnim

**50**  
Intermarché  
ANS

**Cook'Anim**

Et la cuisine devient facile !

## Boeuf sauté au soja

### Informations

Préparation 15 min  
Cuisson 15 min  
Personnes 4

### Ingrédients

3 bavettes de boeuf  
3 échalotes émincées  
1 demi poivron rouge  
1 bocal de germes de soja  
3 CS de Sauce soja  
3 CS de Sauce nuòc màm  
6 brins de ciboulette  
2 CS d'huile végétale



### Préparation

Égoutter et rincer les germes de soja.  
Couper la viande en lamelles.  
Faire chauffer l'huile dans un wok ou une poêle, et faire revenir les échalotes.  
Ajouter la viande, faire cuire 3 minutes.  
Égoutter les germes de soja et les ajouter avec les poivrons.  
Verser la sauce nuòc màm et la sauce soja, bien mélanger et laisser cuire 5 minutes.

Décorer avec la ciboulette ciselée et servir aussitôt avec du riz blanc.

Retrouvez l'actualité de Cook'Anim sur notre page facebook CookAnim

**50**  
Intermarché  
ANS

**Cook'Anim**

Et la cuisine devient facile !

## Boeuf sauté au soja

### Informations

Préparation 15 min  
Cuisson 15 min  
Personnes 4

### Ingrédients

3 bavettes de boeuf  
3 échalotes émincées  
1 demi poivron rouge  
1 bocal de germes de soja  
3 CS de Sauce soja  
3 CS de Sauce nuòc màm  
6 brins de ciboulette  
2 CS d'huile végétale



### Préparation

Égoutter et rincer les germes de soja.  
Couper la viande en lamelles.  
Faire chauffer l'huile dans un wok ou une poêle, et faire revenir les échalotes.  
Ajouter la viande, faire cuire 3 minutes.  
Égoutter les germes de soja et les ajouter avec les poivrons.  
Verser la sauce nuòc màm et la sauce soja, bien mélanger et laisser cuire 5 minutes.

Décorer avec la ciboulette ciselée et servir aussitôt avec du riz blanc.

Retrouvez l'actualité de Cook'Anim sur notre page facebook CookAnim

**50**  
Intermarché  
ANS

**Cook'Anim**

Et la cuisine devient facile !

## Boeuf sauté au soja

### Informations

Préparation 15 min  
Cuisson 15 min  
Personnes 4

### Ingrédients

3 bavettes de boeuf  
3 échalotes émincées  
1 demi poivron rouge  
1 bocal de germes de soja  
3 CS de Sauce soja  
3 CS de Sauce nuòc màm  
6 brins de ciboulette  
2 CS d'huile végétale



### Préparation

Égoutter et rincer les germes de soja.  
Couper la viande en lamelles.  
Faire chauffer l'huile dans un wok ou une poêle, et faire revenir les échalotes.  
Ajouter la viande, faire cuire 3 minutes.  
Égoutter les germes de soja et les ajouter avec les poivrons.  
Verser la sauce nuòc màm et la sauce soja, bien mélanger et laisser cuire 5 minutes.

Décorer avec la ciboulette ciselée et servir aussitôt avec du riz blanc.

Retrouvez l'actualité de Cook'Anim sur notre page facebook CookAnim