

« Cultures et cuisines du Monde »
 Découvrir des pays par leur culture et leur cuisine

La Polynésie

Samedi 28 mars 2020 de 10h à 14h30
 au Restaurant Solidaire – 3 rue Martin Luther King – 44240 La Chapelle sur Erdre

La Polynésie, vaste archipel situé dans le Pacifique, est composée de multiples îles qui ont été habitées à une époque très récente de l'humanité : vers 4000 avant J.-C. de courageux navigateurs ont débuté une migration vers l'Est depuis l'Asie du Sud-Est. Plus tard, les Tahitiens ont lancé des voyages de colonisation en direction des Îles Marquises, vers 200 avant J.-C, puis vers Hawaï, l'Île de Pâques et la Nouvelle-Zélande à une époque encore plus récente.

Cette situation a permis aux Polynésiens de développer une culture unique et très riche en lien avec la mer et la nature : musique, danses, sculpture, costumes, tatouages, pirogues ... qui s'est étendue à toute la zone.

L'arrivée des premiers européens (à partir de 1521) puis la colonisation ont apporté de grands changements dans la région mais la culture originelle a gardé une grande part de ses racines, en particulier dans certains lieux comme les Marquises.

La cuisine est très influencée par l'origine asiatique et profite des ressources disponibles : poissons et coquillages, noix de coco et fruits exotiques qui y poussent en abondance. Le lait de coco est omniprésent, les épices agrémentent tubercules, légumes-fruits ...

L'accueil, la joie de vivre, la spontanéité sont les marques de cette culture très attachante.

Programme de l'animation :

- 10h : accueil tahitien, introduction à la culture polynésienne
- 10h30-11h30 : démonstration/initiation à la danse tahitienne (animé par l'association Heirautini)
 « une chorégraphie à la symbolique liée à la nature »
- 11h30-13h : découverte de la cuisine du Pacifique, préparation d'une salade tahitienne et d'un dessert
- 13h-14h30 : repas tahitien

- salade tahitienne (poisson au lait de coco)

- poulet fafa (aux épinards et lait de coco)

accompagné de riz et de légumes racines cuits en feuilles de bananier

- desserts tahitiens : poé banane, gâteau coco

(boissons : bière tahitienne, jus de fruits locaux)

Bulletin d'inscription

Nom :		Prénom :	
Adresse :			
Code postal :		Ville :	
Téléphone :		Mail :	@
Nombre de participants :			

Règlement: 23 euros/pers. X inscrits

soit un total de :

.....€

Paiement par chèque uniquement (à l'ordre de **Association JARDINE**)

En cas d'annulation (nombre d'inscrits insuffisant ou cas de force majeure), le chèque ne sera pas encaissé et vous sera rendu.

Bulletin à remplir et à retourner avec le règlement à :

Dominique Ménard : 28 Chemin de Bellevue - 44240 La Chapelle sur Erdre

Tél.: 06 75 36 44 88 - Mail : alimentation.saine44@free.fr

ou à déposer dans la boîte à lettres : Collectif Alimentation Saine - Maison de la Solidarité – 3 rue Martin Luther King - LCSE