



**VOUS AIMEZ CUISINER?**

CONCOURS INTERGÉNÉRATIONNEL DE CUISINE  
– PAR ÉQUIPES DE 3 –

# Fourchette gourmande

EN FAMILLE OU ENTRE AMIS  
VENEZ METTRE À L'ÉPREUVE VOS TALENTS CULINAIRES!

**SAMEDI 4 AVRIL 2020 - CO OCTODURE, MARTIGNY**  
INSCRIVEZ-VOUS!

[WWW.FOURCHETTE-GOURMANDE.CH](http://WWW.FOURCHETTE-GOURMANDE.CH)

FOURCHETTE GOURMANDE EST UN CONCOURS DES CANTONS ROMANDS  
ET DE FOURCHETTE VERTE SUISSE, AVEC LE SOUTIEN DE PROMOTION SANTÉ SUISSE.



## DÉROULEMENT DU CONCOURS

### FORMEZ VOTRE ÉQUIPE DE 3 PERSONNES

- 1 de moins de 18 ans
- 1 entre 18 et 65 ans
- 1 de plus de 65 ans

### PROPOSEZ VOTRE RECETTE

- à base de produits bruts, locaux et de saison, tout en respectant les critères de Fourchette Verte

### CUISINEZ EN ÉQUIPE

- lors du concours du 4 avril 2020, et séduisez le jury

### QUALIFIEZ-VOUS POUR LA FINALE ROMANDE

- le 16 mai 2020 à l'école hôtelière de Lausanne (EHL)
- et remportez de nombreux lots, dont un cours de cuisine et un repas au Restaurant Damien Germanier

---

### INFORMATIONS ET INSCRIPTION

[WWW.FOURCHETTE-GOURMANDE.CH](http://WWW.FOURCHETTE-GOURMANDE.CH)

#### PARTENAIRES CANTONAUX



FRUITS  
ET LÉGUMES  
DU VALAIS

