

LES CAUSERIES DU MOIS DE MARS 2026



Allez sur le site <https://www.episolpessac.org/>
pour voir les menus et les dernières actualités.



Epi'sol Pessac



episalpessac

CULINAIRES

06/03

BUFFET AU RESTAU

A partir de 17h jusqu'à 22h - Menu réalisé par les jeunes du lycée Philadelphie de Gerdre

10/03

MENU SPÉCIAL ZEN

A partir de 9h au restaurant. Menu : bouillon Take Care, croutons tomates/huile d'olive, lap laotien - fleurs de légumes, cake vapeur au sésame noir, nage de fruits au sirop de violette

11/03

ATELIER CUISINE AVEC LE VÉLO CARGO DEVANT L'ÉPICERIE

Menu : Blinis maison, salade de chou rouge fenouil - beignets d'oignons rouges et méli mélo de légumes de saison - fontainebleau aux fruits
Participation libre à partir de 5€ !!

12/03

CAFÉ DES HABITANTS ET ATELIER CUISINE AVEC DES LÉGUMES MÉCONNUS

En partenariat avec l'association Thé O'Bulles
Adresse : Local Marie d'Or, Boulevard du Haut Livrac, 33600 Pessac

13/03

REPAS DES CHEFFES DU MONDE ET CONCERT SOLIDAIRE

9h : Atelier cuisine à Epicez-Tout : Menu surprise
19h Concert solidaire à l'église Saint Martin, avec les chorals de Pessac au profit des associations Imagine Demain et Les Robins de la rue

14/03

AU RESTAURANT ATELIER CUISINE AVEC AQUITANIS

9h : préparation, Menu : salade avocats/crevettes - Flammenkuche revisitée, salade verte - Banana bread et salade de fruits colorés

20/03

ATELIER CUISINE AVEC L'ASSOCIATION THÉO BULLES

A partir de 17h30, menu : Potage courge, orange, Chips de gruyère / Boeuf bourguignon, purée, salade ou spinakopita / cookie façon brownie, crème de tahin
Boissons proposées - Soda yuzu concombre, fraise basilic, limonade d'antan

21/03

16H : ATELIER CUISINE EN PARTENARIAT AVEC LE CERCLE DE CANÉJAN, SALLE LA BERGERIE
Préparation repas pour les Fanfarons

24/03

ATELIER CUISINE AVEC LE PÔLE ADDICTOLOGIE CHARLES PERRENS

Menu : Spinakopita aux légumes du moment / Boeuf bourguignon au jus de grenade et sa purée maison / Fondant au chocolat, chantilly au gingembre

26/03

15H : ATELIER CUISINE À L'ÉPICERIE AVEC HERVÉ

Cristallisation de fleurs comestibles

MANUELLES

TOUS LES
MARDIS

10H30/16H : ATELIER COUTURE

Avec Eliane et Léa à EPI'SOL

14/03

14H À 16H : ATELIER COSMÉTIQUE

Chez Epicez Tout avec Pascale

MARAÎCHAGE

PRÉPARATION DU PRINTEMPS LE 21/03

Au jardin du bois des roses avec Jeff à partir de 10h

BIEN ÊTRE / CULTURE

03/03

AGIR POUR LA SANTÉ ENSEMBLE : ÉTUDIANTS ET CITOYENS

Réflexions étudiants/bénévoles autour des Troubles Musculo Squelettiques, gestes et postures - à 15h à l'épicerie

17/03

AGIR POUR LA SANTÉ ENSEMBLE : ÉTUDIANTS ET CITOYENS (HORAIRES À CONFIRMER)

20/03

PRÉSENTATION DU LIVRE "MÉMOIRES EN CUISINE" À LA LIBRAIRIE ENCRE BLANCHE
à 18h

23/03

MARCHE DÉCOUVERTE ET QUEILLETTE D'HERBES SAUVAGES

De 10h à 12h départ de l'épicerie ou restau

27/03

SOIRÉE ESCALE DU LIVRE "MÉMOIRES EN CUISINE"
Sur le stand de l'ire des marges, avec Bérengère, stand 40 dans les locaux de Darwin à Bordeaux

28 ET

29/03

ESCALE DU LIVRE "MÉMOIRES EN CUISINE"
Découvrez le livre de cuisine d'Epi'Sol, qui sera à l'escale sur le stand de l'ire des marges



AUTRES

25 MARS À 16H: INAUGURATION DE L'ESPACE CAFÉ/THÉ À L'ÉPICERIE

DU 08 AU 14 MARS : SEMAINE DE LA FEMME

8 place Germaine Tillion, 33600 Pessac

Épicerie solidaire

05 56 28 40 49

114 Av. de Canéjan, 33600 Pessac

Restaurant solidaire

06 82 03 79 95



Contacts : fabienne.episolpessac@gmail.com
eliot.episolpessac@gmail.com

