

LES CAUSERIES DU MOIS DE MAI 2026



ALLEZ SUR LE SITE [HTTPS://WWW.EPISOLPESSAC.ORG/](https://www.episolpessac.org/)
POUR VOIR LES MENUS ET LES DERNIÈRES ACTUALITÉS.



EPI'SOL PESSAC



EPISOLPESSAC

CULINAIRES

06/05

ATELIER CUISINE AVEC LE CHEF JESUS

15H - 18H - ATELIER PRÉPARATION DU MENU DU JEUDI 07/05

AU MENU : Salade pommes granny, courgettes, concombres, truite gravelax et crumble parmesan - Emincés de canard teriyaki et quinoa gourmand comme un taboulé (Version vegé : quinoa gourmand façon taboulé et quenelle de chèvre travaillé aux herbes) - Cheese cake caramel et zest orange

DU 19 AU
22/05

SEMAINE DU GOÛT - LES FRUITS ROUGES AU RESTAU ET À L'ÉPICERIE

RETROUVEZ LES FRUITS ROUGES SOUS TOUTES LEURS DÉCLINAISONS AU RESTAURANT ET EN VENTE À L'ÉPICERIE

JEUDI : 15H-17H : ATELIER DRESSAGE ET DÉGUSTATION DES FRUITS ROUGES À L'ÉPICERIE AVEC HERVÉ

27/05

ATELIER PRÉPARATION D'UN BUFFET FROID ET CHAUD

15H - 18H : AU RESTAURANT EPI'CEZ TOUT À DESTINATION DE LA FONDATION MAIF

- HOUMOUS BETTERAVES, CHANTILLY SPIRULINE
- GRAVLAX DE TRUITE (NOUVELLES FERMES DE MÉRIGNAC)
- TERIYAKI DE BŒUF AUX LÉGUMES DU MOMENT
- BLINIS MAISON, PÊSTO ET CRÈME AUX HERBES FRAICHES
- SALADE COMPOSÉE, LENTILLES FÊTA
- MOUSSE AU CHOCOLAT À LA FÈVE DE TONKA
- VERRINE AUX FRUITS, YAOURT GREC
- PETITS SABLÉS AUX ÉPICES POUR LES PLUS SAGES

29/05

16H - 19H : ATELIER CUISINE AVEC AQUITANIS

AU RESTAURANT EPI'CEZ TOUT - SOIRÉE SPÉCIALE BURGER FRITES !!!

31/05

FÊTE DU VÉLO À PESSAC

RÉALISATION D'UN PETIT DÉJEUNER ET D'UN REPAS POUR LE MIDI

- PETIT DÉJ : BOISSONS CHAUDES MATINALES - BANANA BREAD - COUPE DE FRUITS DE SAISON ET YAOURT GREC
- REPAS : SALADE CROQUANTE ET ROBE DES CHAMPS - SANDWICH QUI DÉRAILLE - TOUR DE CHOCO

MANUELLES

TOUS LES
MARDIS

10H30/16H : ATELIER GOUTURE

AVEC ELIANE ET LÉA À EPI'SOL

15H30-17H30 : ATELIER FABRICATION DE LA FRESQUE D'EPI'SOL

AVEC FLORENT BONNEU AU RESTAURANT EPI'CEZ TOUT

06/05



BIEN ÊTRE / CULTURE

04/05

14H-16H : ATELIER CITOYENNETÉ

AVEC ISABELLE KANOR AU RESTAURANT EPI'CEZ TOUT

06/05

16H - 17H30 : ATELIER MARCHÉ

AVEC CHRISTEL AU DÉPART DE L'ÉPICERIE

13/05 ET
26/05

16H30 - 18H : ATELIER MARCHÉ

AVEC CHRISTEL AU DÉPART DE L'ÉPICERIE

MARAÎCHAGE

23/05

10H/16H - ATELIER JARDIN

AU BOIS DES ROSES AVEC JEFF (JARDINAGE, BLABLA ET AUBERGE ESPAGNOLE)

26/05

10H/12H - ATELIER DÉCOUVERTE DU JARDIN

AU BOIS DES ROSES AVEC JEFF ET LE CSAPA CHARLES PERRENS

NOUVEAU

NEW!

ESPACE DE DÉTENTE "EP'TITE PAUSE", À L'ÉPICERIE :

OUVERT LES MERCREDIS ET VENDREDIS,
10H-12H / 16H-18H

JEUDI 11 JUIN 2026 | **ASSEMBLÉE GÉNÉRALE EPI'SOL**

A partir de 18h

Cette AG se terminera par un temps de convivialité avec un cocktail offert

Salle Roger Colbi
7 rue des Poilus
3ème étage
Pessac centre

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



Ville de
PESSAC