



A. ROZES

Montpellier **APPRENTISSAGE TOUJOURS** Les Montpellierains connaissent Le Patio de Valérie Sabatini. Aujourd'hui, elle délégue ses fonctions pour transmettre sa passion des saveurs méditerranéennes dans son école de cuisine, L'atelier de Valérie. En centre-ville, dans un cadre tendre - ivres et sols en béton ciré, buxiers acidulés - elle a créé une ambiance familiale où l'on déguste ce que l'on a soi-même cuisiné. « Femme aux élèves aux balles pour leur apprendre à choisir les produits, à saisir leur fraîcheur... » Un apprentissage pour s'adonner à une cuisine du terroir revisité, à un itinéraire gourmand aux saveurs méditerranéennes ou plus lointaines. Du lundi au samedi, Chef Minute à midi avec un plat, 22 €. Déjeuner à thème pour un repas complet (transférer en pique-nique sur la plage en juillet), 35 €. Toqué en cuisine pour un dîner sur place ou à rapporter à ses invités, 75 €. Soirée mets et vins, 50 €. L'atelier de Valérie, 8, rue Dussud, 34000, tél. : 04 67 38 15 22, site : atelier-valerie.com D, H-A.

Bonnieux

LES LUNDIS DE CAPELONGUE. Une fois par semaine, dans le cadre verdoyant du domaine de Capelongue, le chef Edouard Lombet nous apprend à être en cuisine sans délaissé nos invités. Une journée gourmande qui commence par un casse-croûte minimal, la cardère d'herbes sauvages et légumes du potager pour finir sur une dégustation en cave. 120 € par personne. Séjour de 4 jours Une cuisine oubliée, 645 € par personne en chambre double. Domaine de Capelongue, 84400, tél. : 04 90 73 99 78, site : capelongue.com IC.

Sur la Côte d'Azur

A LA TABLE DES PLUS GRANDES Nourrir d'un nouveau concept gastronomique qui, trois heures durant, inspire dans les cuisines de grands chefs à la découverte de leurs maîtres et tons de main. A venir, leçons de cuisine chez Yannick Faures, étoilé du Paris-Bonne à Menton, Frédéric Galland du Patissiers à Fabron, Benjamin Bruns du Diamant noir à Nice, Christophe Dufau des Buechamades à Venise... La Revue Magique, 7ème, au 09 61 01 38 83, 06 99 77 43 63, site : la revue magique.com IC.

Lourmarin

UNE ITALIENNE CHEZ NOUS ! Avec Anna Bini, c'est toute la Toscane, le Sicile ou la Campanie qui débarquent au cœur de la Provence, initiées par Brice Sammit de La Fenière. Une vraie cuisine de la générosité à déguster dès le mois de septembre, 145 € le cours avec panier de produits italiens. Sans oublier les traditionnels cours de Brice, le jeudi ou vendredi matin, 145 € avec panier surprise ou son cours particulier Chef d'un soir, 650 € pour 2 cuisines. Auberge de La Fenière, route de Cadouet, 84100, tél. : 04 90 68 11 78, site : bricesammit.com IC.

Maussane-les-Alpilles

MA CUISINE DES PLACARDS. Les saveurs en bouche Jean Martin on connaît, mais comment les accommoder en recettes nouvelles ? Cake baron et crème d'artichaut, légumes en aioli, dessert fraîcheur à l'huile d'olive... Pour toutes celles qui commencent après le repas, des ateliers de deux heures le samedi matin pour cuisiner matin ! 16 € le cours, Jean Martin, 9, rue Charbon-Bien, 13320, tél. : 04 90 34 34 63, site : jeanmartin.fr IC.



A. LAMBERTONNE

Cannes **DU VIN ET DES VERGINES** Dans le bel esprit des Apprentis gourmets, tout juste prolongé d'une cour cuisineuse, on apprend déjà les formules rapides de cours-déjeuners (une demi-heure, 15 €, une heure, 32 €) avec indicateur nutritionnel (équilibré, classique, gourmand). C'est ça, chaque jeudi soir à 19h, on craque pour leurs soirées dégustations Arvedes gourmandes vermes et vins... Arvedes, 5 € les cinq vins au verre de 43 € Les Apprentis gourmets, 6, rue Trévise, 06400, tél. : 04 91 25 75 76, site : lesapprentisgourmets.fr IC.

Arles

AU CŒUR D'UN JARDIN BIO. Jean-Philippe de La Chassagnette, Armand Arnal manie comme personne l'art et le manière de travailler les espèces bio du superbe potager de son restaurant. Un amour et une philosophie qu'il transmet chaque lundi et vendredi matin (saut en juillet et août), 90 € le cours, femme du soir à quatre mains avec le chef pour égarer vos invités (prix sur demande). La Chassagnette, Le Sudac, 13200, tél. : 04 90 97 26 96, IC.

Saint-Rémy-de-Provence

LEÇONS DANS LES VIGNES Château Romanin, domaine de vins biodynamiques, vient de lancer sur ses terres des cours de cuisine prodigués par de grands noms de la région : Armand Arnal de La Chassagnette à Arles, Elisabeth Bourgeois du Mas Tourteron à Gordes, François Perraud de La Maison Jaune à Saint-Rémy... On passe de la cuisine aux caves en une ronde des dégustations, 110 € par personne. Château Romanin, route de Carcaillon, 13210, tél. : 04 90 92 45 87, site : romanin.com J.S.