

Suivez-nous sur les réseaux sociaux



@pilonpile.re



@pilonpile.re



Rechercher : Pilon Pilé



www.pinterest.com/pilonpile974

IREPS Réunion

Instance Régionale d'Éducation
et de Promotion de la Santé

contact@pilonpilé.re

0262 71 10 88



RENDEZ-VOUS SUR PILON PILÉ POUR CUISINER
DE BONS & SAVOUREUX REPAS !



HACHER COUPER CRAZER
LA SANTÉ DANS LE PILON

www.pilonpilé.re

Le site pour aider les Réunionnais
à manger mieux au quotidien.

Ne pas jeter sur la voie publique



Comment ?

En mettant à disposition dans la rubrique **LE SAVIEZ-VOUS ?** des **cours de cuisine simples, courts, faciles**, pour que chacun puisse développer ses compétences en cuisine.

Comment découper une carotte ?



Avec le chef cuisinier Jany HOAREAU



En proposant un maximum de **RECETTES** variées, permettant de **manger plus équilibré avec autant de plaisir**, pour tous les budgets.



Recettes réalisées en partenariat avec Lorainne CARO diététicienne www.ladiladiet.fr



En informant sur **les fruits & légumes locaux DE SAISON** permettant ainsi d'en **consommer** le plus **régulièrement** possible **au meilleur prix**.



EN BONUS

La **FOOD ACTU 974** : des **astuces**, des **événements**, des **infos** liés à l'**alimentation à La Réunion**.

Les **GOODIES** : télécharger **le Calendrier des Fruits & Légumes de Saison Péi** et bientôt d'autres nouveautés.

Les **#DIY*** : des **activités ludiques** à faire soi-même en lien avec les **fruits & légumes**.

*Do It Yourself

