



en partenariat avec  
**Les Jardins  
dans la Ville**



**1001  
IDÉES  
1001  
ASTUCES**  
pour bien manger  
au moindre coût

## 18 octobre, Michel Onfray et Jean-Pierre Coffe vous invitent au 1er « Samedi Gourmand » Pouvoir d'achat en baisse : Plaisir, saveurs et convivialité malgré tout !

*Créée en 2006 par Michel Onfray, l'Université populaire du goût d'Argentan poursuit son chemin et, plus que jamais, entend affirmer et démontrer que – même en période de pouvoir d'achat tendu – bien manger et se faire plaisir demeurent possibles, il suffit pour cela de revenir à quelques fondamentaux.*

Depuis deux ans, les fidèles étaient habitués à se retrouver le mardi soir. C'est désormais le samedi, de midi à minuit, que Michel Onfray, accompagné de Jean-Pierre Coffe, donne rendez-vous aux curieux et passionnés des plaisirs de la table. Le rendez-vous change de date et de forme, et le discours devient celui du goût au meilleur coût. « Il n'y a pas d'incompatibilité entre l'idée du pouvoir d'achat et celle du goût, du « bien-manger » aime à rappeler Jean-Pierre Coffe. Son combat pour le retour de « la cuisine de ménage » rejoint celui de Michel Onfray. Le philosophe de l'hédonisme entend en effet, depuis son bout de terre ornaï, depuis le potager solidaire d'Argentan, œuvrer pour qu'à la fracture sociale ne

s'ajoutent pas la fracture de l'alimentation, la fracture sensorielle, la fracture du plaisir !

Le droit au goût, à la cuisine bonne et simple pour tous, a donc réuni les deux hommes.

Marché, rencontres avec des producteurs d'exception, dégustations multiples et variées, présentation de livres et signatures d'auteurs, tartines gourmandes avec les enfants, débat, lectures, musique et démonstrations de cuisine par les chefs... Quelle abondance ! Quelle richesse !...

Pour le bonheur de nos papilles... et de notre portemonnaie ! En effet, non seulement l'accès à toutes ces animations est gratuit, mais qui plus est, ces « samedis gourmands » ont l'ambition de vous faire faire des économies. Quoi de plus économique que de cuisiner des produits de saison ? Preuves à l'appui !

Conseils de chefs, recettes simples, et tours de mains astucieux vous permettront de transformer des produits de base en mets succulents, voire surprenants.

Cuisiner bon, frais et sain, l'Université populaire du goût se passionne pour la cuisine de tous les jours... Un bonheur simple à partager.

Quatre « samedis gourmands » sont au programme cette année à Argentan. La première date, à ne pas manquer : le samedi 18 octobre, de midi à minuit. On y parlera de beurre, de crème ... de savants dosages pour profiter au maximum de leurs qualités gustatives et de leurs aptitude à sublimer nos plats quotidiens.



L'Université Populaire du Goût et Les Jardins dans la ville vous invitent au 1er samedi Gourmand à Argentan

**GRATUIT**

INVITATION



**1001  
IDÉES  
1001  
ASTUCES**  
pour bien manger  
au moindre coût



**PROGRAMME**

**12h - 18h30**  
Marché des produits gourmands  
Dégustation gratuite

**14h - 17h**  
Le jeu de l'oie gourmande  
Organisé par la Maison du Citoyen

**14h - 15h30**  
Dédicaces  
Michel Onfray, "Le souci des plaisirs"- éd. Flammarion,  
Jean-Pierre Coffe, "Ce que nous devons savoir sur le  
beurre" - éd. Plon, Edwige Chirouter, "Lire, réfléchir et  
débatte à l'école élémentaire"- éd. Hachette, Evelyne  
Bloch-Dano, "La fabuleuse histoire des légumes"-éd.  
Grasset, Marie-Christine Clément, "La citrouille est une lune  
naufragée"- éd. Albin Michel.

**15h - 16h30**  
Atelier philosophie et littérature  
pour les enfants suivi d'un goûter  
de tartines gourmandes - Edwige Chirouter

**15h30 - 16h**  
Lecture d'un conte - Jean-Pierre Coffe

**16h30 - 18h30**  
« Histoire de Goût »,  
la laitue et autres salades - Evelyne Bloch-Dano

**20h30 à 23h**  
**Soirée**  
**Pouvoir d'achat  
en baisse : plaisir,  
saveurs et convivialité  
malgré tout !**

**Débat :** Jean-Pierre Coffe, Michel Onfray,  
Françoise Campas (diététicienne)  
**Mise en pratique :** Démonstration culinaire  
Arnaud Viel, Hôtel de la Renaissance à Argentan  
et Franck Quinton, Le Manoir du Lys  
à Bagnoles de l'Orne  
**Concert de Clôture** Patrick Cohen (pianiste),  
Maya Villanueva (cantatrice)

**Samedi 18 octobre 2008**

De midi à minuit, sous le chapiteau

14 bis, avenue de la 2ème DB - 61200 ARGENTAN

