



HOME MIAM, LA PLATEFORME EN LIGNE QUI STIMULE LE PLAISIR DE CUISINER MAISON

Sur Home Miam, vous participez à **des cours de cuisine en ligne** (en direct et en replay), vous accédez à **des centaines de recettes saines et équilibrées** élaborées par une diététicienne-nutritionniste et vous recevez **de précieux conseils diététiques** afin d'élaborer vos menus et choisir de bons ingrédients.

Grâce à la cuisine maison, vous êtes plus attentifs à vos envies, vous choisissez vous-même vos ingrédients et vous maîtrisez mieux votre budget.

Avec Home Miam, vous apprenez les bons réflexes pour une cuisine du quotidien simple et rapide tout en découvrant sans cesse de nouvelles inspirations.



INSCRIPTION
GRATUITE

ABONNEMENT
EN LIGNE
À PARTIR DE
15 EUR / MOIS*

En tant qu'abonné HOME MIAM vous avez accès :

Aux cours de cuisine en ligne

Plusieurs fois par mois, vous avez la possibilité de participer à des cours de cuisine en direct. Quelques jours avant le cours, vous pouvez consulter, via la plateforme, la liste des ingrédients et du matériel nécessaire afin de vous permettre de cuisiner pas à pas avec nous si vous le souhaitez. Les participants ont la possibilité d'interagir et de poser leurs questions tout au long du cours. Si vous n'êtes pas présent en direct, le replay est disponible dès le lendemain sur la plateforme.

À l'ensemble de nos recettes saines et équilibrées

Vous ne manquerez plus d'idées pour composer votre menu de la semaine. Vous accédez à de nombreuses recettes diététiques répertoriées par catégorie. Dès que la plateforme est enrichie d'un nouveau contenu, vous recevez un e-mail pour vous en informer. Les recettes se veulent simples et rapides. Pour répondre à vos questions concernant une recette, un chat en ligne est mis à votre disposition.

Aux conseils de notre diététicienne-nutritionniste et aux techniques culinaires de notre chef

Vous êtes guidé dans le choix d'ingrédients de qualité et vous recevez des repères pour composer une assiette idéale et un menu qui répond à vos besoins et envies. Vous apprenez à vous organiser en cuisine et à équilibrer vos préparations. Nous vous informons via de courtes vidéos et des infographies afin de cibler l'essentiel et faciliter les apprentissages.



Avec le sens de l'humour aiguisé de Raphaël, le chef, et la bienveillance de Stéphanie, la diététicienne-nutritionniste, vous êtes entre de bonnes mains. Ils veillent à ce que les recettes soient accessibles et saines sans jamais sacrifier les saveurs, le plaisir de manger et la convivialité.

WWW.DIETCONSULT.BE/HOMEMIAM

Editeur responsable : Dietconsult SRL - Ch. de Waterloo 1501 b1, 1180 BRUXELLES - info@dietconsult.be - +32 (0)2 375 95 75

