

# Atelier de cuisine à la découverte du terroir et des traditions culinaires du Kef avec Cuisart



**Découvrez les traditions culinaires ancestrales aux côtés des artisanes keffoises**

Profitez de cette expérience culinaire privée unique avec une découverte des produits du terroir suivie d'une démonstration de cuisine exclusive, et dégustez des recettes authentiques chez les

habitants du Kef. Dans une ambiance de famille tunisienne vous, allez découvrir notre histoire et nos savoir-faire, la « oula » du Kef et les divers produits de saison que nous produisons dans le respect des traditions ancestrales locales. Curieux de savoir comment les produits du terroir sont fabriqués ? Rejoignez-nous !

Période : toute l'année

Durée : 2 heures

Participants : 10 personnes par atelier

Niveau : accessible à tous

Langues : arabe, français, anglais

Lieu : Chez Cuisart un HOUCH situé au sein de la médina du Kef

Transport et hébergement : Non inclus dans l'expérience.

Localisation : 18 Rue Moncef Bey 7100 El Kef

### Votre hôte : Azza Bdioui

Ingénieur en génie biotechnologie et passionné par le patrimoine culinaire keffois, je me suis lancé dans la fabrication des produits du terroir inspiré des recettes des grands-mères et du savoir-faire féminin. Je me suis engagé pour sauvegarder leur savoir-faire séculier et le transmettre à travers des ateliers culinaires.

### Les points forts de l'expérience

- Découverte du patrimoine culinaire et de la richesse naturelle de la région du Kef.
- Rencontre et échanges avec des femmes artisanes ;
- Préparation des produits de terroir ;
- Dégustation des produits que vous aurez élaborés ainsi que de nos savoureuses recettes ;
- Vivre un moment unique dans une ambiance familiale.

### Idéal si vous cherchez des activités pour...

- Voyageurs et voyageuses « solo » ;
- Celles et ceux qui apprécient les rencontres et les découvertes culinaires ;
- Les retraités ;
- Les amis et groupes d'amis ;

- Les amoureux de la nature et des produits biologiques ;
- Les familles avec enfants.

## L'esprit



Nos ateliers culinaires sont conçus principalement pour garder et préserver les anciennes traditions culinaires, protéger et transmettre les savoir-faire liés à la préparation et la conservation des produits. Ce n'est point une tâche facile, devant la modernisation et le changement des goûts et des habitudes alimentaires. Chez nous, vous découvrirez des produits naturels avec des saveurs originelles et participerez à notre effort de conversation tout en encourageant les femmes artisanes pour qui ce travail est la seule source de revenu. En participant à nos ateliers, vous vivrez des expériences à la fois engagées, solidaires et équitables.

## On vous a concocté...

Arrivée à nos locaux. Rencontre et échanges autour de l'expérience et de son déroulement. Présentation de la maison et des richesses naturelles et botaniques de notre région et rencontre avec les artisanes : explication des tâches effectuées et des produits utilisés. En leur compagnie, vous allez préparer différents produits selon la saison : des pâtes traditionnelles, des tomates séchées, du sorgho à la caroube ou aux sésames, des olives, des tapenades... Tout ceci après une démonstration et avec l'aide des femmes.

Par la suite, vous dégusterez des recettes authentiques dans un cadre familial, entourés de « mamans tunisiennes ».

Tout au long de l'expérience, vous apprécierez l'hospitalité tunisienne en vous connectant avec les femmes autour de leur table de cuisine. Vous savourerez de délicieux mets qui émerveilleront vos papilles.

## Prix

- Sur demande.
- Nos prix comprennent : l'organisation de l'expérience, la visite, l'atelier de préparation, les dégustations, le déjeuner.
- Nos prix ne comprennent pas : le transport, les assurances et les extras.
- Modalité de paiement : consulter l'hôte.
- Politique de réservation et d'annulation : consulter l'hôte.

### Recommandations pour le bon déroulement de l'expérience :

Prévoir des tenues confortables pour participer aux ateliers.

### Contact

- Email : [bdiouiazza@gmail.com](mailto:bdiouiazza@gmail.com)
- Téléphone / WhatsApp: +212 94409402
- [Facebook](#)
- [Instagram](#)



تونس وجهتنا  
TOUNES WIJHETOUNA



Mis en œuvre par

**giz**  
GIZ - Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ) GmbH

**Tunisia**  
INSPIRING



تونس وجهتنا  
TOUNES WIJHETOUNA



Mis en œuvre par

**giz**  
GIZ - Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ) GmbH

en partenariat avec



**Tunisia**  
INSPIRING

