

## Programme de la journée

**9h – 11h 30 /12h**

Balade avec identification des plantes sauvages comestibles de la saison : Les reconnaître à la vue, l'odorat et le toucher. Comment ne pas les confondre avec leurs compagnes toxiques (Quelques clés de reconnaissance). Cueillette des plantes qui serviront à préparer le repas de midi.

**12h à 14h :** Préparation en commun d'un repas sauvage de l'apéritif au dessert comment accommoder dans notre assiette les belles sauvages à croquer !

**Et enfin dégustation !**

### Informations pratiques

**Rendez-vous à 9h à l'espace éco-citoyen en face du 46 rue des pins à Metz Vallières**

Participation 38€ repas compris

Prévoir **vêtements et chaussures confortables**, bottes, chapeaux, selon la météo . **Un panier ou sacs en papier** pour les cueillettes, appareil photos et de quoi prendre des notes. si vous le souhaitez **un torchon de cuisine**

**Renseignements : Valérie Loescher tél :06.36.56.60.42 vale-rie@lesdelicieuxsortileges.fr**

Valérie Loescher, créatrice de Délicieux sortilèges (initiée à la cuisine sauvage et à la botanique par Thierry Thévenin Herbes de Vie , François Couplan ethnobotaniste et Gérard Verret de l'association JARDIN GOURMAND en Alsace anime des ateliers , sorties autour des plantes sauvages comestibles

✂

.....

: Je souhaite m'inscrire à la journée cuisine sauvage 5 mai 2016 et je vous adresse ci-joint un chè-  
: que de 38€

: Nom : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_

: Adresse \_\_\_\_\_

: Tél : \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_ Mail : \_\_\_\_\_ @ \_\_\_\_\_

: A \_\_\_\_\_ le \_\_\_\_\_

.....

✂

auprès d'un public adulte et enfant.

Je me réserve le droit d'annuler l'atelier si le nombre de personnes inscrites n'est pas suffisant.

**Pour des raisons d'organisation ,l'inscription et la réservation sont obligatoires**