

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 chèque 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