Stage

cueillette et cuisine de plantes sauvages samedi 2 et dimanche 3 octobre à Chandon

- **Déroulement**

➢ **Samedi**

- Arrivée des stagiaires à 10h, accueil avec une tisane et découverte du lieu
- Découverte des plantes sauvages du jardin et cueillette d'une salade
- Repas du midi tiré du sac, complété par la salade de plantes sauvages
- Balade botanique dans divers écosystèmes (Reconnaissance, cueillette et mise en herbier)
- Fabrication d'un pesto ou un sirop à emporter
- Cuisine du diner avec plats chauds de plantes sauvages
- Partage du repas et fin de la journée vers 21h

➢ **Dimanche**

- Arrivée des stagiaires à 9h30, tisane
- Promenade botanique dans divers écosystèmes (Reconnaissance, cueillette et mise en herbier)
- Cuisine du déjeuner avec la cueillette du matin
- Partage du repas, tisane et révision des plantes rencontrées
- Fin du stage à 16h et départ

- **Objectifs**

➢ Savoir identifier différentes plantes sauvages comestibles et médicinales avec une approche par les sens
➢ Se familiariser avec les écosystèmes dans lesquels on les rencontre
➢ Savoir réaliser un herbier
➢ Découvrir l'art de la cueillette (quelles plantes, où, quand, comment ?)
➢ Apprendre à cuisine les plantes sauvages

• Infos pratiques

- Rendez-vous le samedi à 10h au 241 chemin de Charnay à Chandon
- Les 130€ seront à régler sur place en chèque ou en espèce
- Le stage sera annulé si il y a moins de 4 inscriptions ou si c'est la tempête (des petites averses ne nous arrêteront pas…)
- Il est possible de trouver un gite dans les environs pour ceux qui viendraient de loin
- N'oubliez pas de prévoir un pique nique pour le repas de samedi midi

• Matériel nécessaire

- De bonnes chaussures pour marcher confortablement
- Nécessaire pour la pluie (imperméable, botte, parapluie) ou le soleil (casquette)
- Petit carnet ou livre pour prendre des notes
- Scotch pour coller les échantillons de plantes (herbier) ou appareil photo
- Sac en tissu ou panier, couteau et ciseaux
- Une bouteille d'eau

Vous repartirez du stage avec les recettes réalisées lors du stage, un pesto ou un sirop à emporter et plein d'idées pour égayer vos plats et surprendre vos amis.

Il est possible de vous créer un herbier ou une photothèque des plantes rencontrées au cours du stage ou de commander un classeur avec les fiches descriptives complètes des plantes observées.

Inscrivez-vous sur www.lacaravanedescueilleurs.fr

N'hesitez pas à me contacter

Maxime Pelé 06 08 02 35 50
lacaravanedescueilleurs@gmail.com