

# stage pratique CUISINER les Plantes Sauvages



Vous souhaitez apprendre à réaliser des recettes originales en utilisant les plantes sauvages qui poussent autour de chez vous ?

205 €

HÉBERGEMENT EN PENSION COMPLÈTE EN SUS

Cette formation s'adresse aux particuliers, aux Herbalistes ou aux professionnels de l'accueil rural et de l'animation nature souhaitant approfondir leurs connaissances en matière de plantes sauvages comestibles.

Prérequis : avoir 18 ans

## LIEU & DATES

à CHATELUS (38) au gîte La Source du Cerf

08/09 mai 2021

## OBJECTIFS

Identifier les plantes sauvages comestibles dans la nature.  
Réaliser des préparations culinaires à base de plantes sauvages.

## MODALITÉS DE SUIVI DE LA FORMATION

Formation sur le terrain

Groupe de 8 à 14 personnes

La formation comprend 12 heures de cours :

- cours sur le terrain (6 heures)
- démonstrations (6 heures)

## INTERVENANTE



Tiphaine DESCHAUX

Herbaliste

Cueilleuse de plantes médicinales  
et distillatrice dans le Vercors

## INFORMATIONS PRATIQUES

Hébergement en pension complète : environ 75 €  
à la charge des participants

Accessibilité : nous consulter

## PROGRAMME

- PROMENADE BOTANIQUE  
Identification des plantes comestibles  
Initiation aux vertus des plantes  
Histoires et recettes culinaires
- ART DE LA CUEILLETTE  
Quelle partie de la plante, à quelle période ?
- CONFECTION DE DÉLICIES SAUVAGES  
Tarte, soupe, beignet, cake, toastade, sirop...  
Dégustations en commun

