

Description :

Cenelles, genièvres, cornouilles, sorbes... Dès la fin de l'été, de nombreux arbres et arbustes égayaient les haies et les lisières de magnifiques fruits sauvages. Une nourriture importante pour nos amis alliés qui, si prélevée de manière respectueuse est un plaisir gustatif sans pareil ! Venez découvrir, récolter et préparer ces délicieuses merveilles de la nature. A chaque saison ses délices et ses secrets ! Partager un moment convivial dans la nature pour apprendre à reconnaître et utiliser des fruits et baies sauvages, déguster un bon repas préparé ensemble selon le respect du vivant.

Contenu :

1 partie pratique et théorique dans la Nature le matin et début d'après midi :

- Les baies comestibles et toxiques dans tous leurs états
- Cueillette mode d'emploi.
- Explication et clé de reconnaissances sur le terrain.

1 partie pratique en atelier de cuisine (4 heures le midi et après midi) :

- Préparer les fruits et baies pour créer des plats savoureux et goûteux.
- Astuces de Chef
- Se faire confiance en cuisinant sans menu.

Prérequis : Aucun

Public cible : Adultes et enfants en soif de découvrir la nature dégustable, sauvage à proximité de chez soi. Mais aussi les professionnels désireux d'approfondir et embellir leur belle cuisine végétale.

Objectifs :

Le but de cette formation est de transmettre un savoir ancestral de connaissance de base des plantes sauvages en relation avec notre environnement naturel. La finalité étant d'insuffler une belle cuisine sauvage et colorée pour apporter se relier à une créativité naturelle, vous repartirez en ayant un acquis visuel de 30 plantes au moins incluant les baies et fruits de la nature.

Informations complémentaires : **A l'inscription vous recevrez toutes les informations nécessaires**

Date

Horaire: 8h00- 16h30

Durée : 10h avec les pauses

Tarif: 80€ pour les adultes et 40€ pour les enfants de moins de 14 ans.

Lieu du cours : Région d'Annecy généralement MARLIOZ (74270) [préciser après l'inscription](#)

Bulletin d'inscription :

L'école de cuisine végétale / Stève Defaudais / Tel: 06 65 35 79 12

<http://www.ecoledecuisinevegetale.com/>



« Embellir vos assiettes et votre Âme avec les plantes sauvages »

Journée découverte/ approfondissement de cuisine sauvage sur la thématique des fruits et baies sauvages proches de nos foyers.

Pour s'inscrire, choisir une date programmée au calendrier à l'adresse suivante :

Les stages sont indiqués sur le calendrier, attention à vérifier l'endroit du stage (généralement en région Rhône-Alpes).

Cueillette et cuisine : en famille ou entre amis, pour groupe jusqu'à 10 personnes.

TARIF Journée cueillette et cuisine du samedi de 8h00 16h30 **80€ au lieu de 120€**

Il est aussi possible de créer des stages à la journée sur demande pour des groupes à partir de 6 personnes.

Date choisie (inscrire la date choisie)

Nom : Prénom :

Adresse:.....

Code postale/ville : Tél portable.....

Courriel :

Réservation Ci-joint mon chèque d'arrhes pour personne(s) **40 €** pour la journée soit d'un montant de :€, à l'ordre Stève Defaudais à l'adresse 840 route des Pessots 74270 Marlioz .

Le solde, sera réglé à l'arrivée sur le site.

Annulation : En cas de nombre de participants insuffisant ou de cas de force majeure annulant l'animation, vos arrhes vous seront rendues. Elles seront conservées en cas d'annulation de votre part à moins de 15 jours.

Fait à.....

le.....

Signature : Merci de me contacter par tél au **06 65 35 79 12** avant inscription pour vous assurer des places disponibles. Votre inscription sera confirmée à réception de votre fiche d'inscription. Fiche à renvoyer le plus tôt possible avant la date choisie à l'organisateur.

