

# Journée Atelier

## CUISINE DE PLANTES COMÉSTIBLES

### DÉSCRIPTIF DE LA JOURNÉE

#### LA MATINÉE

La matinée (de 9h30 à 12h30) nous partirons à la découverte des plantes sauvages comestibles aux abords du lieu de rendez-vous. Le parcours sera court, l'objectif étant d'explorer les plantes comestibles que l'on peut déguster sur place.

La cueillette jouera un rôle essentiel dans cette exploration. Nous en profiterons également pour évoquer la richesse de la flore environnante ainsi que les plantes toxiques courantes à éviter.

À midi, nous prendrons un repas rapide aux alentours.  
(Le pique-nique n'est pas fourni.)

#### L'APRÈS-MIDI

L'après-midi (de 13h30 à 16h30) sera consacré à un atelier de cuisine en pleine nature, à proximité du lieu de rendez-vous !

Chacun mettra la main à la pâte pour préparer des recettes simples et faciles à reproduire chez soi, en utilisant les plantes récoltées le matin.

Je partagerai avec vous des conseils pratiques et des idées d'utilisation pour prolonger l'expérience à la maison.

À l'issue de l'atelier, nous dégusterons ensemble nos préparations dans une ambiance conviviale, accompagnées de quelques boissons... à base de plantes, bien sûr !

Ce sera aussi l'occasion d'échanger une dernière fois et de répondre aux questions.

Et si vous n'avez plus faim, vous pourrez emporter les mets restants avec vous.

#### LES DATES

Le dimanche, sur demande.

Samedi 03 Mai

Samedi 17 Mai

Samedi 24 Mai

Samedi 31 Mai

Samedi 07 Juin

Samedi 14 Juin

Samedi 21 Juin

Nombre de participants : entre 3 et 8 personnes maximum.

Conditions particulières / Annulation :

L'itinéraire peut s'adapter aux circonstances. En cas de météo défavorable, l'activité pourra être annulée.

Vous serez prévenu(e) 48h à l'avance et remboursé(e) si aucun report n'est possible.

**Yoann LEBLAN**

Accompagnateur en Montagne diplômé DE AMM  
et BTS hôtellerie- Restauration

06.02.08.26.27

annecyrandonature@gmail.com  
www.annecyrandonature.fr

