

Naturellement
autonome



Cuisiner avec
les plantes
sauvages

30 sept.



www.naturellement-autonome.fr

Naturellement
autonome



Cuisiner avec
les plantes
sauvages

30 sept.



www.naturellement-autonome.fr

Cuisiner avec les plantes sauvages

Dimanche 30 sept. 2018



Savoir reconnaître et cuisiner les plantes sauvages et apporter une note sauvage et savoureuse à votre alimentation

Vous partirez avec votre panier en toute simplicité et sécurité, à la reconnaissance des plantes sauvages qui poussent près de chez vous. Vous découvrirez leurs nombreuses vertus médicinales et comestibles.

Cette journée est sous le signe du faire ensemble des plats simples et savoureux que vous pourrez reproduire et décliner en fonction de vos envies chez vous... avec une approche sensitive, gustative, olfactive.

*Au menu : jeunes pousses, baies et racines
Veloutés et desserts sauvages*

**pour ceux et celles qui n'osent pas s'aventurer seul(e)s,
et qui veulent s'alimenter plus naturellement**

Horaires : 9h30 à 16h

Lieu : Clisson (44) – 25 km de Nantes

Tarif : 45€ (repas bio et végétarien préparé ensemble à partir de nos cueillettes sauvages)
Petit budget, groupe, bon cadeau: nous contacter

POUR EN SAVOIR PLUS ET S'INSCRIRE

Mélissa – 06 83 62 74 79

plantes@naturellement-autonome.fr

Cuisiner avec les plantes sauvages

Dimanche 30 sept. 2018



Savoir reconnaître et cuisiner les plantes sauvages et apporter une note sauvage et savoureuse à votre alimentation

Vous partirez avec votre panier en toute simplicité et sécurité, à la reconnaissance des plantes sauvages qui poussent près de chez vous. Vous découvrirez leurs nombreuses vertus médicinales et comestibles.

Cette journée est sous le signe du faire ensemble des plats simples et savoureux que vous pourrez reproduire et décliner en fonction de vos envies chez vous... avec une approche sensitive, gustative, olfactive.

*Au menu : jeunes pousses, baies et racines
Veloutés et desserts sauvages*

**pour ceux et celles qui n'osent pas s'aventurer seul(e)s,
et qui veulent s'alimenter plus naturellement**

Horaires : 9h30 à 16h

Lieu : Clisson (44) – 25 km de Nantes

Tarif : 45€ (repas bio et végétarien préparé ensemble à partir de nos cueillettes sauvages)
Petit budget, groupe, bon cadeau: nous contacter

POUR EN SAVOIR PLUS ET S'INSCRIRE

Mélissa – 06 83 62 74 79

plantes@naturellement-autonome.fr