

Stage : Découverte des plantes sauvages

Venez profiter d'une balade champêtre pour découvrir au grès de la promenade des plantes incontournables de notre région.

Venez apprendre les règles de la cueillette.



Venez comprendre l'intérêt inestimable que ces plantes revêtent pour une approche de santé, en lien avec la pharmacopée chinoise occidentale.

Venez découvrir l'abondance.



Le samedi 17 mai

Promenade au **plan d'eau de Saint Paul**

Départ au niveau du stade à **10h**

Suivi d'un repas partagé à la salle des fêtes de Saint Hilaire Bonneval

Si vous êtes intéressés Contactez Frédéric ANDURAND au
06.07.69.44.86

Nombre de places limitées

Coût : **40€** (gratuit pour les enfants)

Au menu :

Apéro : - **Shoot énergie** : Ortie, Mélisse, pomme et gingembre

- **Tarte soleil** au pesto d'ortie

Entrée : - **Taboulet** aux plantes sauvages du jardin

Plat : - **R'fissa marocaine** : Poulet, lentilles, fénu grec, plantain et trid (petites crêpes émiettées) ...
Un régal

Dessert : - **Petits chèvres à la cramailote** (confiture de pissenlit)

Le repas s'annonce copieux mais vos envies de partage seront les bienvenues.