



Vivre l'instant présent ...

Nature véritable

vous propose une randonnée salade sauvage
**PIMPRENELLE et
PISSENLIT** suivie d'un repas

Dimanche 31 mars 2019
à Menthonnex-sous-Clermont (74270)



Programme

Au cours d'une balade tranquille, identification et cueillette des plantes sauvages comestibles.

Composer ensemble une salade de plantes sauvages pour une palette de **goûts subtils et nouveaux.**

Fabrication de plusieurs recettes qui étonneront vos papilles : Pesto à l'**ail des ours**, beurre d'alliaire, fromage de chèvre parfumé avec une plante aromatique peu connue, riz aromatisé avec une plante savoureuse cueillie sur le bord du chemin. Repas dégustation ...

Accessible aux enfants dès 6 ans.

Organisation

RDV : 9h45 au chef-lieu devant l'église

Dispersion : vers 15h30

Prix : **24 €**, < 12 ans : gratuit

Équipement conseillé : Sac en tissu, ciseaux couteau pliant. Chaussures de marche ou bottes si humide, Petit sac à dos, veste coupe-vent, gourde.

Contact : Jean-François Cornachon

Accompagnateur en montagne

74270 Menthonnex/Clermont

Tél : 06 87 01 26 02

natureveritable@yahoo.fr

Siret : 47773826400019

