

Stage de 3 jours découverte des plantes sauvages et ateliers cuisines: 18 / 18 / 20 avril 2014 au Château de Taillé à Fondettes

Durant trois jours, nous partirons à la rencontre des plantes sauvages et leur utilisation dans notre cuisine quotidienne, dans la cuisine Ayurvédique et dans la cuisine Japonaise.

Le premier jour : *la cuisine des plantes sauvages et la cuisine de chez nous* avec **Christine Causera**, nous découvrirons les plantes sauvages avec tous nos sens, puis nous cueillerons ce dont nous avons besoin pour cuisiner un délicieux repas à partager tous ensemble.

Le deuxième jour : *la cuisine des plantes sauvages dans la cuisine ayurvédique* sera consacré à notre poursuite de la découverte des plantes sauvages, et c'est **Florence**, spécialiste de la cuisine Ayurvédique, qui nous guidera pour la confection du déjeuner.

Le troisième jour : *la cuisine japonaise (avec une cuisinière traditionnelle du japon)* avec **Keiko**, cuisinière traditionnelle au Japon, qui nous fera découvrir les plantes sauvages avec des saveurs asiatiques. Au Japon, le même mot est utilisé pour désigner les légumes et les plantes sauvages, qui d'ailleurs, sont très présentes sur les marchés.

Les trois matinées seront consacrées à découvrir, reconnaître et approfondir notre lien au vivant, à ces "mauvaises herbes" bien souvent repoussées et redoutées et à en connaître les bénéfices quand nous les consommons régulièrement.

Ce voyage multi-sensorielle sera aussi haut en saveurs et en couleurs grâce à ces trois approches culinaires et culturelles, certes différentes, mais très complémentaires.

Tous les ingrédients utilisés sont bio, de préférence de saison et locaux le plus possible.

Horaires: de 9h30 à 16h30

Tarif pour les trois jours: 240 euros

Lieux: Château de Taillé à Fondettes

Nombre de personnes: 15 maximum (6 minimum pour que le stage soit maintenu)

Inscriptions obligatoires

Christine Causera

13 Rue des Bastes

37700 Saint Pierre des Corps

06 65 38 90 69

afleurdegout.blogspot.com

<https://www.facebook.com/afleurdegout>