

Erbe e Fiori in cucina

L'arte di riconoscere le piante selvatiche commestibili e i loro mille impieghi in cucina

 PROVINCIA
di VARESE



Riserva Naturale Palude Brabbia

ore 15.00 - 18.00 Inarzo (VA), Via Patrioti 22

a cura di Rosella Aresi

Tre sabati pomeriggio per addentrarsi nell'affascinante pratica del riconoscimento delle erbe e dei fiori selvatici dei nostri prati e boschi e riscoprire una cucina gustosa e naturale.

Dopo un'escursione all'aria aperta dedicata al riconoscimento dei vegetali spontanei commestibili, ci troveremo attorno ad un tavolo con quanto raccolto per apprendere, grazie alla mano esperta di Rosella vecchie ricette e i sapori di una volta.

26 Marzo – Erbacce in padella

Dente di leone, lamio rosso, tè svizzero e mille altre erbe di inizio primavera vengono considerate delle infestanti di orti e giardini da cui liberarsi al più presto!

Impareremo come queste piante sono fonti di infinite preparazioni dalle delicate tisane a dolcetti speciali...

9 Aprile – Invisibili germogli

Molte piante danno il meglio di sé in cucina se prese quando sono ancora dei teneri germogli... le delicate foglioline contengono inoltre preziose sostanze per il nostro organismo... riconoscerli e imparare a cucinarli sarà il tema di questo incontro.

30 Aprile – Fiori in cucina

Viole, primule e margherite con i loro profumi e le delicate corolle sono l'annuncio della primavera insieme ad altri fiori meno visibili ai nostri occhi... in tavola sono ingredienti speciali per arricchire, insaporire e decorare piatti originali dall'antico utilizzo...

Donazione valida per il ciclo di 3 incontri € 45,00 compresa iscrizione alla LIPU – Soci LIPU € 35,00, iscrizione obbligatoria entro mercoledì 23 marzo, corso a numero chiuso!

Per informazioni ed iscrizioni: Riserva Naturale Palude Brabbia

Tel. 0332/964028 oasi.brabbia@lipu.it www.lipu.varese.it