Saveurs printanières

Activité : Plantes comestibles et médicinales

Date : dimanche 13 avril 2025

Niveau physique : 🐾🐾🐾🐾

Niveau technique : 🐾🐾🐾🐾

Rendez-vous : Dimanche 8:45 à la gare de Givrins. Possibilité de laisser sa voiture à proximité. Une ou deux voitures seront utilisées pour se rendre sur les lieux de la cueillette.

Prise de congé : *En fin d'après-midi* au même endroit.

Nombre de personnes : 8 participants maximum.

Description :

Pour le cueilleur insatiable, le mois d'avril est l'une des périodes les plus fastes de l'année. Après les timides débuts de mars, la végétation explose. Sol, buissons, arbres, tous les étages se parent de jeunes pousses toutes plus délicieuses les unes que les autres et leur dégustation n'a de limite que l'imagination du cuisinier : soupes, salades, omelettes, pestos, galettes, tout est possible ou presque pour ravir nos papilles.

Au cours de cette sortie, nous apprendrons à reconnaître plusieurs plantes typiques de cette partie de l'année et à les récolter. Dans un deuxième temps, nous réaliserons quelques préparations simples que nous dégusterons au domicile de votre serviteur.

Programme:

A la gare de Givrins, nous nous répartirons dans les voitures présentes. Au cours de la matinée, nous visiterons quelques sites de cueillette des environs pour récolter de quoi préparer les recettes de midi. Nous prendrons le temps de faire connaissance avec chaque plante et, bien sûr, de profiter du spectacle féérique de la nature au mois d'avril.

Après avoir garé nos voitures, une courte marche facile nous conduira à mon domicile ou nous pourrons profiter des facilités d'une cuisine toute équipée. En cas de beau

temps, nous préparerons diverses recettes de base sur la terrasse, avant de les déguster en complément de notre pique-nique tiré du sac. Si la météo est moins radieuse, nous pourrons manger au chaud et au sec. L'idée ici est de vous donner quelques exemples qui pourront vous inspirer dans vos propres recettes.

Le retour aux voitures nous offrira l'occasion d'une petite balade digestive et nous nous quitterons à notre point de départ.

Matériel :

- chaussures montantes avec un bon profil
- veste imperméable et coupe-vent
- veste polaire ou doudoune dans le sac
- couvre-chef, lunettes et crème solaire
- gants, bonnet, lunettes et tour de cou
- répulsif contre les tiques
- petit couteau, planchette et sachets, de préférence en tissus
- un pique-nique pour le repas de midi
- au minimum 0,5 litre de boisson par personne
- gants fins (les orties feront partie du programme).

Conseils :

La majorité de la matinée se passera dans les sous-bois, parfois à proximité de ruisseaux. Même en cas de beau temps, l'air peut y être frais. Un couche chaude supplémentaire dans un sac à dos et une bonne paire de chaussettes seront un gage de confort.

La cueillette du jour nous fournira une partie du repas de midi. Quelques victuailles personnelles permettront de compléter cet apport.

Si vous êtes de ceux qui retiennent les attentions de nos amis à six ou huit pattes, mieux vaut préventivement appliquer un bon répulsif.

Pour profiter au mieux de la nature et privilégier les contacts directs, les activités Pérégrinatures se vivent avec le portable en mode avion.

Conditions :

60 CHF par personne, comprenant l'accompagnement et l'animation de la sortie, les ingrédients nécessaires aux préparations et des contenants pour emporter des échantillons chez vous.

Inscription avant le 10 avril sur https://peregrinatures.ch, validée après règlement effectué sur le compte IBAN CH13 0900 0000 1244 2802 0 ou par TWINT. Merci de bien mentionner vos nom et prénom dans la rubrique communications.

Contact : Mathieu Hänni
079.481.97.47.
mathieu@peregrinatures.ch