

PIANTE SELVATICHE COMMESTIBILI

CORSI PER RICONOSCERE E RACCOGLIERE PIANTE SPONTANEE NELLA NATURA E CUCINARLE ASSIEME.

Durante i corsi, insegno a riconoscere le parti più gustose di erbe spontanee che raccogliamo assieme nei prati, boschi e campi della regione. Al rientro prepariamo un menu di diverse portate con il bottino raccolto. Dopo il corso vedrai la natura con altri occhi.

CORSI DI TRE LEZIONI in Valle di Blenio

// 1243. Sempre di mercoledì, pomeriggio e sera: 15 marzo, 5 aprile, 10 maggio 2023, 14.00-22.30

// 1250. Sempre di domenica, corso diurno: 2 aprile, 23 aprile, 14 maggio 2023, 9.30 - 18.00

Le giornate differite nel tempo ti permettono di riconoscere le piante selvatiche nelle diverse fasi di crescita. Il corso è piuttosto impegnativo: il pomeriggio si esce sul terreno per osservare, riconoscere e raccogliere le erbe nei diversi habitat e verso le 17.30 si torna in cucina per preparare un gustoso pasto tutto «selvatico». La lavorazione del raccolto e la preparazione della cena sono importanti momenti di apprendimento e condivisione. Al termine del corso sarai in grado di riconoscere con più sicurezza ciò che cresce nei dintorni di casa tua. Ti aspetto!

Costo: CHF 440,- per 3 giornate (26 ore di lezione), vitto e materiale didattico compreso.

CORSO INTENSIVO DI TRE GIORNI

// 1261. Da sabato 29 aprile a lunedì 1. Maggio 2023

Il primo giorno: Dopo aver preso in consegna le camere si **inizia alle 12.00** con un buon pranzo. Segue una piccola parte teorica poi si esce in campagna alla scoperta delle erbe. Con il raccolto prepariamo una buona cenetta selvatica.

Il secondo giorno lo passiamo nella natura, tempo permettendo pranzeremo con un bel picnic. In serata si torna in cucina: mondare, pulire tagliare cucinare... per poi gustare la cena.

Il terzo giorno approfondiamo le conoscenze con l'aiuto di libri e immagini. Dopo una breve uscita si torna in cucina per un terzo pasto selvaggio. **La fine è prevista per le 16.30.**

Consiglio vivamente il pernottamento in loco dato che il corso è molto intenso.

Costo: CHF 540,- materiale didattico e i pasti durante i tre giorni compresi, vino escluso.

ESCURSIONI E PASSEGGIATE

ESCURSIONI ALLE ERBE

RICONOSCERE PIANTE COMMESTIBILI, SCOPRIRE CULTURA E STORIA. UNA MINI-VACANZA CON TRE ESCURSIONI NEL PAESAGGIO SUBALPINO DELLA VALLE DEL SOLE. PIACERE, ACCOGLIENZA E NATURA SONO IN PRIMO PIANO.

Ogni giorno passiamo 4 -7 ore a camminare tranquillamente lungo bellissimi sentieri di montagna (max. 600 m di dislivello) e ci godiamo un picnic selvaggio all'ora di pranzo. Dopo una pausa rilassante nel giardino di Casa Merogusto, la sera cuciniamo semplici piatti estivi. Le escursioni si tengono in modalità bilingue: in italiano e tedesco.

Costo: CHF 540.-. Include: 3 picnic e 3 cene gourmet. Non sono inclusi il pernottamento, le bevande alcoliche e gli eventuali costi di trasporto.

// 1283. Da lunedì 10 a mercoledì 12 luglio 2023

// 1284. Da sabato 15 a lunedì 17 luglio 2023

PASSEGGIATE ALLE ERBE DI 1 GIORNO

È LA FORMULA "LIGHT" TRA LE MIE OFFERTE SUL TEMA DELLE PIANTE SELVATICHE.

Queste passeggiate di una giornata si rivolgono sia ai curiosi che vogliono vedere quali piante commestibili crescono nei dintorni, sia a coloro che già hanno partecipato a corsi sulle erbe e vogliono consolidare la conoscenza delle piante nei diversi periodi di crescita e habitat.

Volentieri condivido le mie ricette e fornisco consigli pratici per la raccolta e la cucina. Con l'aiuto di semplici conoscenze botaniche capiremo le similitudini gustative.

È una passeggiata facile, che si svolge a diverse altitudini a seconda della stagione, per lo più su buoni sentieri e strade sterrate. Ognuno porta il proprio picnic per la pausa pranzo. All'iscrizione ci comunichi se dispone di una automobile.

Costo: CHF 90,00 per persona

// 1244. Venerdì 17 marzo 2023, 9.30 - 16.00

// 1256. Mercoledì 19 aprile 2023, 9.30 - 16.00

// 1258. Martedì 25 aprile 2023, 9.30 - 16.00

// 1268. Giovedì 18 maggio 2023, 9.30 - 18.30 CHF 150.00

Giornata speciale assieme a Roberto Vetromile, esperto Forager.

Al termine verrà servito un aperitivo erboso in Casa Merogusto.

// 1269. Martedì 23 maggio 2023, 9.30 - 16.00

Giornata con due guide a Poschiavo, in collaborazione con Mariagrazia Marchesi

// 1278. Martedì 13 giugno 2023, 9.30 - 16.00

// 1289. Mercoledì 26 luglio 2023, 9.30 - 16.00

// 1292. Giovedì 3 agosto 2023, 9.30 - 16.00