

Courges et légumes anciens

Délires, délices de formes, de couleurs, de saveurs

Objectifs



Rien de plus étrange que les courges ni de plus méprisé et retourné dans l'oubli que les légumes anciens. Il est temps de renouer avec ces merveilles pour fêter l'enchantement de la période des récoltes et la générosité de la nature. Les courges sont les plus gros légumes de la terre et symboles de fertilité : elles ne demandent qu'à être reçues à votre table !



Contenu

Magnifiques à regarder, tous ces légumes curieux et extravagants se savourent. Recettes simples et goûteuses pour magnifier formes, couleurs et saveurs.



La journée permettra de découvrir de nombreux cucurbitacées et légumes oubliés : topinambour, crosne, scorsonère, rutabaga. Présentation de recettes de cuisine pour des préparations tant sucrées que salées pour une alimentation équilibrée et variée. Et, surprise... les travaux pratiques permettront de préparer un repas à base de courges et légumes !



Activités

Ateliers et causeries
Exposition
Préparation du repas
Polycopiés, bibliographie



En pratique

Amener cahier pour notes,
appareil photo.
Vos recettes à partager

Autres stages

Nouveaux ingrédients
Je brise la routine
La voie de l'émerveillement
Cuisinez bio-malin

Où ?

3b rue de Bassemborg
67220 Lalaye
Infos détaillées sur le
site, page « accès »

Contact

Tél 03.88.58.91.44
gerard@jardingourmand.com

Organisation

Animateur :
Gérard Verret



JARDIN GOURMAND
Vivez nature !