



Riserva Naturale Palude Brabbia
Inarzo (VA) Via Patrioti 22

Un corso di quattro sabati pomeriggio dalle h 15 alle h 18

L'arte di riconoscere le erbe selvatiche commestibili e i mille usi delle piante aromatiche in cucina

A CURA DI ROSELLA ARESI e ALICE DE BERNARDI

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.

24 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.

7 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.

5 Maggio – 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.

26 Maggio – Piante aromatiche e piccoli frutti

Ci troveremo presso l'Azienda Agricola «Pratinfiore» di Cassano Magnago in compagnia di A. de Bernardi. Le piante aromatiche e frutti hanno molteplici utilizzi: scopriremo le diverse varietà, le tecniche migliori di coltivazione, la loro essiccazione e utilizzo. Conosceremo anche i piccoli frutti, piante poco esigenti che regalano un mondo di profumi e colori alla portata di tutti!