

Université ouverte des sciences gastronomiques



# Cycle plantes sauvages alimentaires

Avril 2024

Partez à la découverte des  
plantes sauvages comestibles et  
de leurs trésors cachés !

Villa Rabelais, 116 bd Béranger, 37000 Tours



# CYCLE THÉMATIQUE

avec la collaboration de

## SAVOIR SAUVAGE TOURAINE



## Les plantes sauvages alimentaires

### Présentation du cycle thématique :

La démarche vise à changer la perception des “mauvaises herbes” en les valorisant comme de précieuses plantes sauvages comestibles, favorisant ainsi la préservation environnementale et le développement durable. En reconnaissant leur potentiel nutritif et culinaire, nous pouvons promouvoir leur utilisation respectueuse dans nos environnements locaux, d’autant plus qu’elles sont gratuites ! En sensibilisant les gens à l’identification, la cueillette éthique et l’utilisation sûre de ces plantes, nous encourageons des pratiques durables et renforçons notre lien essentiel avec la nature.

### Programme :

**Vendredi 12 avril à 17h00 : Balade découverte des plantes sauvages de l’île Saint-Simon**

**Tarif : 25€/personne pour une durée de 2h**

**Réservation : 06 01 30 08 28 ou [savoirsauvage@gmail.com](mailto:savoirsauvage@gmail.com)**

- Découverte durant 2h des plantes sauvages comestibles
- Éveil des 5 sens

**Samedi 13 avril à 10h30 : Conférence avec dégustation à la Villa Rabelais**

**Tarif : 20€/personne pour une durée de 2h**

**Réservation : 06 01 30 08 28 ou [savoirsauvage@gmail.com](mailto:savoirsauvage@gmail.com)**

- Présentation des plantes sauvages vues lors du jour 1
- Caractéristiques, anecdotes, particularités, utilisation en cuisine

**Dimanche 14 avril à 10h00 : Atelier culinaire à Tours à Table**

**Tarif : 50€/personne**

**Réservation : 09 51 84 06 42 ou [contact@toursatable.fr](mailto:contact@toursatable.fr)**

- Utilisation des plantes sauvages dans une préparation culinaire
- Dégustation des plats préparés durant l’atelier

