

# ATELIER CUEILLETTE ET CUISINE SAUVAGE



**Samedi 19 Juin 10h/21h  
à Puycelsi**

## Tarif

**80€ Tarif plein/60€ Tarif petits revenus**

**L'argent ne doit pas être un frein, n'hésitez pas à m'en parler, nous trouverons une solution ensemble (ex : troc)**

Inscriptions par mail jusqu'au 16 juin :

[lafilledacote.permacuisine@gmail.com](mailto:lafilledacote.permacuisine@gmail.com)

**Possibilité de dormir sur place avec votre tente ou camion.**

« Je vous propose de partager ma pratique de « **permacuisine** » : préparation de mets végétariens à base de plantes sauvages, de produits bio, locaux, en vente direct producteur. Je cherche l'harmonie des goûts,



des matières, je m'adapte aux saisons, aux régimes et trouvailles du jour. Pour une cuisine des cinq sens, saine, équilibrée, vivante, poétique et gourmande. »

Claire Hugot



# Programme

## 10h/13 h : reconnaissance et cueillette.

En juin, c'est le règne des fleurs et nous trouverons également les traditionnels plantains, orties, mauves ainsi qu'une vingtaine d'autres plantes moins connues. Je ne suis pas spécialiste (je cueille seulement depuis 3 ans) mais il suffit de bien connaître les plantes principales pour cuisiner avec.

## 13h/14h : repas préparé par mes soins.

Au menu, lasagnes aux légumes sauvages, salade fleurie et tarte aux fraises citron/romarin.

## 14h/19h : cuisine avec notre cueillette.

Selon nos trouvailles, vos envies, vos goûts, je vous proposerai différentes déclinaisons : chaussons (pirojki), tartes, cakes, pestos, tartines, rouleaux de printemps, pâtisseries, sirops, etc. Je voudrais vous faire partager ma façon de cuisiner basée sur les odeurs, l'intuition, le mariage des saveurs (salé, sucré, amer, acide, piquant), des couleurs et le souci de la santé.

## 19h/21h : repas cuisiné ensemble.

Il sera enfin de temps de goûter nos créations. Vous pouvez amener des boissons alcoolisées si vous en avez envie, infusions et sirops seront fournis.

**Les Barrières- 81140 Puycelsi- 06 79 83 16 54 - N°SIRET 890 619 703 00014**

