

## **ERBE SPONTANEE Riconoscimento, raccolta e cucina - MUGELLO**

A cura dell'associazione 1virgola618

### **CORSO di riconoscimento, raccolta e cucina di erbe selvatiche e spontanee**

Seminario residenziale e non teorico-pratico aperto a tutti

**Galliano di Mugello (Fi)**

**Podere Ribottini sotto la quercia secolare, seconda per chioma più grande d'Italia**

#### **La farmacia selvatica:**

il meraviglioso mondo delle piante selvatiche, alimentari e curative

21-22 aprile 2012 dal 20 sera per i residenziali; è possibile partecipare anche ad una sola giornata e con bambini

Condotta dal Dott Roberto Marrocchesi, che da molti anni insegna macrobiotica, naturopatia, medicine orientali, fisiognomica, nutrizione, shiatsu e feng shui. Conduce annualmente corsi per riconoscimento, raccolta e cucina di erbe alimentari e medicamentose.

- Schede delle erbe più comuni che si trovano nei campi, nei prati, sul ciglio delle strade, lungo i corsi dei fiumi, ricche di componenti nutritivi e medicamentosi
- erbe aromatiche che entrano nei condimenti e zuppe
- erbe usate in tisane per la cura della persona
- erbe velenose che è doveroso conoscere

### **PROGRAMMA**

#### **Sabato**

\* ore 10 Presentazione del gruppo, descrizione del lavoro che andremo a svolgere con accenni alle Proprietà Curative e agli usi secondo erboristeria tradizionale con il contributo anche della Medicina Tradizionale Cinese e la Macrobiotica.

\* Ore 13

\* Pranzo con le erbe raccolte attorno al Podere Ribottini

\* ore 14

\* Inizio escursione

\* ore 18

\* Cucina della piante raccolte e cena conviviale

\* ore 21

\* Serata di discussione Proprietà Curative e usi secondo erboristeria tradizionale e cenni di MTC e Macrobiotica

#### **Domenica**

ore 9

Escursione e riconoscimento e raccolta delle piante e erbe spontanee

ore 11.30

Preparazione del pranzo con cucina delle pietanze

ore 13

Pranzo

ore 14,30

Discussione e domande sull'incontro.

ore 17.30

portare abiti e scarpe comode, coltellino, zappetta da giardino, borsa in tela per contenere le erbe o cestino

Informazioni ed iscrizioni

Gianna 349 4248355

[info@1virgola618.it](mailto:info@1virgola618.it)