

*Venez découvrir,  
récolter, cuisiner et déguster  
les plantes du Mézenc au cours  
d'un week-end aux Estables.*

---

**Des prés à votre assiette en toute sécurité.  
Plantes comestibles du Mézenc**

Parmi le millier de plantes que l'on peut observer autour du Mézenc,  
beaucoup sont comestibles mais certaines sont des poisons violents.  
En une journée variée et conviviale, Andréa et Jean-Paul vous proposent de les  
découvrir, les reconnaître et déjouer leurs embûches. Puis à les cuisiner et les déguster

**Le programme en bref**

- Présentation des participants et du programme, remise du livret du stagiaire
  - Départ en covoiturage vers les prés de Camajou (5 minutes).
  - Découverte et collecte.
  - Pique-nique tiré du sac, à la charge des stagiaires (En cas de mauvais temps, pique-nique au Chalet d'Ambre).
  - Déplacement en covoiturage vers la Maison forestière (5 minutes).
  - Découverte et collecte.
  - Retour au Chalet d'Ambre, constitution des brigades (Boisson chaude ou fraîche offerte)
  - Contrôle, tri et cuisine des plantes selon les recettes remises aux chefs de brigade.
  - Vers 19h30, apéritif à base de plantes et dégustation.
- 

Hébergement en demi-pension le samedi dans une chambre à deux lits, (Comprenant repas du samedi soir, nuitée, petit déjeuner, taxe de séjour, literie entière), avec stage durant la journée du samedi, de 10 h à 19 h.

***Tarif: 70 € par personne (stage et hébergement)***

*Inscriptions / Renseignements : 04 71 08 33 52.*

*Nombre de participants limité à 12 personnes. Toutefois, un stagiaire peut venir accompagné pour ce week-end de personne(s) ne participant pas au stage. Dans ce cas la demi-pension pour ces personnes est de 46 €*

*Arrivée au Chalet d'Ambre vers 9h30 pour un départ à 10 heures*

Ce stage est déconseillé aux personnes intolérantes au gluten.

[Lien vers la vidéo du stage 2016](#)