

Invitation

Balade découverte – Cuisine sauvage

Et si votre prochain repas commençait... au bord du chemin ?

Pendant environ 2h à 2h30, des guides, spécialisés en botanique, s'arrêteront au fil de la marche pour observer les plantes comestibles rencontrées. Vous apprendrez à les reconnaître, à découvrir leurs usages en cuisine ainsi que, lorsque c'est pertinent, leurs vertus médicinales.

Parce que tout ce qui pousse dans la nature ne se mange pas, certaines plantes toxiques seront également présentées pour apprendre à cueillir en toute sécurité.

Au programme :

- **Reconnaissance de plantes sauvages comestibles**
 - **Conseils de cueillette responsable**
- **Notions de cuisine sauvage et usages traditionnels**
- **Petites dégustations en chemin et au retour dans la salle pour éveiller les papilles : pesto à l'ail des ours, meringue à la violette, chips aux orties, soupe aux plantes sauvages (égopode, orties, ...), cocktail aromatisé au lierre terrestre, ...**

Une fois la balade terminée, un moment convivial attendra les marcheurs. Recettes de cuisine sauvage mais aussi tartes et gâteaux seront partagés dans une ambiance chaleureuse.

 **Date : 12 avril 2026**

 **Heure : 14h00 (salle accessible dès 13h30)**

 **Départ : Clos du Sart**

 **Durée : ± 2h à 2h30 de balade + réception à la salle**

Il s'agira d'une promenade courte dans le domaine du Sart Tilman, accessible à tous (mais pas aux poussettes). Chiens acceptés si tenus en laisse et sociables.

Inscription obligatoire (nombre de places limitées) avant le vendredi 03 avril (par mail à formulairecqst@gmail.com en indiquant le nombre de participants).

Consulter également notre site <https://www.cqst.be> pour plus d'infos.