Sauvages et comestibles

Mener un atelier cuisine

Les plantes sauvages comestibles sont bien plus nombreuses que nous pouvons l'imaginer.
Cette formation de 2 jours allie transmission de connaissances naturalistes et ateliers pratiques pour être capable de mener de petits ateliers de cuisine sauvage.
L'occasion d'élargir le champ des possibles en animation en transmettant les goûts de la nature !

Dates

Du 2 au 3 juillet 2026

Durée

2 jours – 14 heures

Lieu

Le-Cloître-St-Thégonnec (29) – dans un gîte

Intervenant.e

Capucine Laur - Au fil du Queffleuth et de la Penzé

Coût

Salariés : 900 €
Individuels, agents de collectivité – Merci de nous contacter

UBAPAR
Animons la Bretagne ! Buhezomp Breizh ! Fezons vivr la Bretègn !

Union Bretonne pour l'Animation des Pays Ruraux
BP 56 – LESNEVEN

: 06 31 61 51 87
: ubapar@ubapar.bzh
: ubapar.bzh

Objectifs et compétences visées

A l'issue de cette formation, vous serez en capacité de/d' :

- Identifier quelques grandes familles botaniques et leurs spécificités
- Identifier des plantes sauvages comestibles communes
- Cueillir de manière saine et responsable
- Réaliser quelques recettes à base de plantes sauvages
- Animer un atelier cuisine

Déroulement de la formation

Première journée

Accueil, présentation du programme, recueil des attentes et représentations des participants
Reconnaissance de quelques grandes familles botaniques par le jeu
Cueillette et cuisine d'un dessert
Hygiène et sécurité alimentaire : les bonnes pratiques quand on cuisine
Une cueillette saine et responsable : les bonnes pratiques et vigilance sur le terrain

Deuxième journée

Reconnaissance de plantes sauvages comestibles communes par le jeu
Cueillette et cuisine d'une entrée froide et d'un plat chaud
Législation et réglementation : animer un atelier cuisine avec différents publics
Réflexion sur le matériel et l'organisation en fonction des publics
Les toxiques et faux amis

Moyens pédagogiques et techniques

Alternance de temps d'apports théoriques, de méthodes de réflexion participatives et collectives, et de mises en pratique sur le terrain. Utilisation d'outils et de matériels pédagogiques adaptés.

Évaluation de la formation

- Bilan oral, questionnaire d'évaluation à chaud.
- Questionnaire d'évaluation à froid envoyé au stagiaire et à la structure trois mois après la formation.

Pré-requis

Aucun. Des connaissances en botanique sont un plus.

Accessibilité

Si vous êtes en situation de handicap et que vous avez besoin d'aménagements spécifiques pour participer à la formation, merci de contacter le référent handicap lors de votre inscription : ubapar@ubapar.bzh