



CURS D'ETNOBOTÀNICA DE LES PLANTES MEDICINALS I CULINÀRIES.

Recuperant tradicions en l'ús de les plantes.

Objectius:

- Conèixer les plantes medicinals i culinàries a partir de l'etnobotànica local.
- Fer preparats amb plantes per a tenir una major sobirania en l'àmbit de la nostra salut i l'alimentació silvestre.
- Ser autònoms en els processos de recol·lecció, assecat i cultiu de plantes remeieres.
- Conèixer l'etnobotànica local. La sabiesa acumulada en els nostres majors.

Programació curs primavera 2012. (9h) en 4 sessions:

Tipologia	Horari	Temes i activitat.
1. Teoria i pràctica Dijous 19 de juny	18.30-20.30	Introducció a les herbes culinàries i medicinals de l'àrea mediterrània: plantes que tradicionalment tenen usos a la cuina i en l'autogestió de la salut. L'etnobotànica. Les herbes digestives i culinàries. Herbes comestibles. Diferents maneres de prendre-les. Plantes de dones i relaxants. <i>Pràctica: Elaborar un preparat digestiu de temporada. Tast d'herbes culinàries. Tastet d'herbes comestibles.</i>
2. Sortida Dissabte 5 juliol	10.30-13.30	Sortida per a la muntanya de Sant Llorenç del Munt per reconèixer les plantes remeieres i comestibles. Recollir, assecat i emmagatzemar.
Teoria i pràctica Dijous 10 juliol	18.30-20.30	Els licors d'herbes: digestius, aperitius i medicinals. Ratafia, licor de nous, patxaran. Receptes. Plantes per tenir cura de la pell. <i>Pràctica: Elaborar un licor d'herbes de temporada.</i> <i>Pràctica: fer olis regeneradors.</i>
4. Pràctica. Dijous 17 de juliol	18.30-20.30	Cultiu de les plantes medicinals. De llavor o d'esqueix? La importància d'introduir biodiversitat a l'hort. Requeriments de cultiu i malalties. <i>Pràctica: sembra, fer esqueixos, triar llavor, repicar. Preparació de purí d'ortigues.</i>

Preu del curs:

30 € preu soci i membres de cooperatives de consumidors ecològiques. Material inclòs.

40 € preu no soci amb material inclòs.



<http://llavorsagrapats.wordpress.com/>

llavorsagrapats@gmail.com

Telèfon: 667 25 61 29