

Pour en savoir plus : <https://emploi.graine-occitanie.org/>

# CUEILLIR ET CUISINER DES PLANTES SAUVAGES COMESTIBLES EN ANIMATION

15-17 ans  
3 jours

NOUVEAU

CUEILLIR ET CUISINER DES PLANTES SAUVAGES COMESTIBLES EN ANIMATION

• Une formation concrète sur les plantes sauvages comestibles, pour la reconnaître, la cueillir sans risque.

FORMATEURS THIBAUT SUISSE ET SÉBASTIEN ANTHONY

PUBLIC CIBLE  
• Écoliers  
• Écolières  
• Les jeunes diplômés en formation  
• Les jeunes diplômés en formation  
• Les jeunes diplômés en formation  
• Les jeunes diplômés en formation

PRÉ-REQUIS  
• Aucun

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES  
• Reconnaître en toute sécurité des plantes sauvages et les utiliser dans la cuisine.  
• Acquérir des connaissances sur la cueillette et la conservation des plantes sauvages.  
• Cueillir des plantes sauvages comestibles, sans risque et dans le respect de la nature.

COMPÉTENCES VISÉES  
• Reconnaître en toute sécurité des plantes sauvages et les utiliser dans la cuisine.  
• Acquérir des connaissances sur la cueillette et la conservation des plantes sauvages.  
• Cueillir des plantes sauvages comestibles, sans risque et dans le respect de la nature.

METHODS  
• Formation par ateliers.  
• Pratique de cuisine.  
• Observation de la nature.

EVALUATION  
• Quiz de connaissance.  
• Évaluation de la pratique de cuisine.

MATÉRIEL  
• Une formation concrète sur les plantes sauvages comestibles, pour la reconnaître, la cueillir sans risque.

## Date de début

15/04/2024

## Durée

21heures, 3 jours

## Date de fin

17/04/2024

## Département

[Hérault \(34\)](#)

## Présentation

Une formation concrète sur les plantes sauvages comestibles savoir les reconnaître et les cuisiner sans risque.

## Objectifs de la formation, objectifs pédagogiques

### Objectifs pédagogiques

> Pouvoir réaliser, en toute sécurité, des animations et des stands « cuisine sauvage » à partir de végétaux récoltés dans la nature

## Équipe de formation

Thibaut Suisse, Sébastien Anthony

---

Pour en savoir plus : <https://emploi.graine-occitanie.org/>

### Public cible

- animateurs, éducateurs, accompagnateurs ou toute personne en contact avec du public, parents, cuisinier voulant réaliser des animations sur la cuisine

### Prérequis

Aucun (des connaissances de base en botanique sont un plus)

### Contenu

#### Compétences visées

- reconnaître un certain nombre de plantes comestibles et rechercher des informations sur la comestibilité d'une nouvelle plante rencontrée
- cueillir des plantes sauvages comestibles, sans risque et dans le respect des milieux
- disposer de recettes faciles, adaptables et efficaces et être autonome dans la création de nouvelles recettes
- animer un atelier, en toute sécurité, sur la collecte, la préparation et la réalisation d'un repas à base de plantes sauvages
- animer un stand sur la cuisine sauvage

#### Jour 1 : reconnaître et cueillir

- observation et reconnaissance
- savoir cueillir
- première collecte et première cuisine
- les outils à dispositions pour connaître et reconnaître les plantes et leur comestibilité

---

Jour 2 : **identifier une plante et la cuisiner en animation**  
Pour en savoir plus : <http://emploi.gaine-et-culture.org>

- un peu de chimie et de botanique
- les différents publics et les moyens nécessaires
- cueillir en sécurité avec un groupe
- composer une animation cuisine de plantes sauvages

Jour 3 : **être autonome et varier les recettes**

- cuisiner plusieurs plats : une histoire de goût et d'organisation
- et le droit ?
- cuisiner en sécurité avec un groupe

### Méthodes pédagogiques

Formation en présentiel

Menée en pédagogie de projet

Alternance entre moments vécu, ateliers d'échanges et apports théoriques

### Modalité d'enseignement

Cette formation a lieu en présentiel

### Modalité d'évaluation des compétences acquises

De manière dynamique, lors de la mise en pratique par les stagiaires, tout au long du stage.

En fin de formation, une séquence permet de mesurer la progression de chaque stagiaire au regard des objectifs du stage

### Module ouvert

non

---

Pour en savoir plus : <https://emploi.graine-occitanie.org/>

## Thématique

Autres

Outils et techniques

Démarches pédagogiques

Démarche projet

Connaissance

Biodiversité

Publics et contextes

## INFOS

Structures porteuses

ASSOCIATION LES ÉCOLOGISTES DE L'EUZIÈRE

### Tarif

1050 euros, 21h, 3j

### Les financements possibles

Opco, Pole Emploi, Vivea, Tarif adhérent

### Contacts

lucile.jouve@euziere.org

### Inscription

[inscription en ligne via le formulaire 2024](#)

[En savoir plus sur la page dédiée des formations naturalistes 2024](#)