

# 22 maggio 2016 dalle 9,45 alle 18,00

## al Biricoccolo

### Open day

### "I grani e le malerbe"



Ore 09.45 *Colazione* con tisane di fiori ed erbe

Ore 10.00-13.00 *Erbe spontanee in tavola e pani di grani antichi*

**Laboratorio di cucina alla scoperta delle malerbe, sdegnose in campo e ammiccanti in tavola!**

Passeggiata in Azienda con segnalazione, commento e raccolta delle specie eduli più significative; preparazione di alcune ricette, 100% vegetali, con ingredienti locali e le erbe raccolte.

Cenni di panificazione di antichi cereali con pasta madre, qualità organolettiche e nutrizionali, i diversi cereali di antiche varietà. Allestimento del buffet per degustazione guidata dei piatti dimostrati.

*Attrezzatura richiesta: abbigliamento comodo; sporta di stoffa o cestino; elastici o rafia o spago; forbici; guanti; eventuale borsa termica. Carta e penna per appunti.*

A cura di: **Annalisa Malerba** (chef vegan, food-blogger, insegnante di cucina naturale, contadina, laureanda in Medicina)

**Antonella Scialdone** (autrice, food-blogger, appassionata di web, cucina e pasta madre)

*Prenotazione obbligatoria - max 20 partecipanti - euro 15,00 p.p.*

Ore 13.00 *Pic-nic autogestiti* su tavolate all'aperto. Sugeriamo di portare qualcosa da condividere con gli altri ed utilizzare le proprie stoviglie per limitare l'usa&getta.

Ore 14.30 *Grani di vecchia costituzione: aspetti colturali e culturali*

**Le sementi contadine, le iniziative collettive di coltivazione e miglioramento, gli aspetti nutrizionali**

*A cura di Rete Semi Rurali. Prenotazione obbligatoria - max 30 partecipanti - ingresso gratuito*



Ore 16.00 - 18.00 *Visite* guidate nei campi, riconoscimento delle colture, piante da frutto antiche e in via di estinzione, piante salutistiche. Merenda con possibilità di acquistare prodotti aziendali.

*In caso di maltempo la giornata sarà cancellata*



**Il Biricoccolo**

via Tombetto, 13 - Valsamoggia (BO)  
info e prenotazioni: [info@ilbiricoccolo.it](mailto:info@ilbiricoccolo.it)  
3337628062 sms/WhatsApp  
[www.ilbiricoccolo.it](http://www.ilbiricoccolo.it)

**spazio bimbi** ore 14,30 - 16,00

*raccolta e preparazione di una sana merenda con le erbe spontanee!*  
Prenotazione obbligatoria - max 10 bambini 4-10 anni - 3,00 Euro a bimbo  
a cura dell'Associazione Il Covino - [www.ilcovino.org](http://www.ilcovino.org)

