



Communiqué de presse – 18.09.2023

## Les plantes sauvages, du panier à l'assiette

**La dernière sortie guidée de la saison proposée par le Parc Chasserat sera consacrée à la cuisine à base de plantes sauvages. Le dimanche 30 septembre, l'accompagnateur en montagne Noé Thiel emmènera les gourmets férus de botanique pour une promenade et un moment de cueillette avant de proposer un atelier de cuisine mettant en valeur la récolte du jour. De quoi conclure la journée par un repas convivial.**

Randonnée, cueillette et cuisine : la dernière des sorties guidées que propose le Parc Chasserat cette année s'annonce riche. Et ces activités suivent un fil rouge : la préparation de mets à base de plantes sauvages comestibles.

La journée du 30 septembre commencera par une promenade botanique passant par différents milieux naturels humides en bordure de La Suze ou d'un ruisseau affluent, puis plus secs dans une zone rudérale, afin de découvrir les plantes sauvages de la région. Emmenés par Noé Thiel, les apprentis cueilleurs s'intéresseront tout particulièrement aux espèces comestibles. Grâce aux explications de l'accompagnateur en montagne, ils apprendront à les identifier grâce à leurs sens. Les participantes et participants découvriront comment les cueillir, mais également certaines de leurs vertus et les plantes toxiques avec lesquelles il est possible de les confondre.

Une fois l'excursion terminée, il s'agira alors de rapporter la récolte en cuisine pour mettre la main à la pâte et préparer un repas hors du commun. L'atelier de préparation offrira la possibilité à chacune et chacun de créer ou adapter la recette qui leur sera proposée. De l'entrée au dessert, les cuisiniers en herbe(s) apprêteront leur cueillette sauvage et la transformeront en mets délicieux.

### **Renseignements pratiques et inscriptions**

**Date** Dimanche 30 septembre de 09h45 à 19h00

**Départ et arrivée** Gare de Corgémont

**Prix par personne** CHF 120.- (CHF 60.- pour les enfants de 7 à 15 ans)

**Inscriptions** [info@a-Hike.ch](mailto:info@a-Hike.ch)

**Informations complémentaires** a-Hike, Noé Thiel, accompagnateur en montagne, aventure et authenticité, +41 (0)79 584 41 62, [info@a-Hike.ch](mailto:info@a-Hike.ch)



Légende : Les plantes sauvages passeront directement de la nature à l'assiette lors d'une sortie guidée le dimanche 30 septembre à Corgémont (photos : © a-Hike).

**Infos et contact :**

Viviane Vienat (Parc Chasseral)  
[viviane.vienat@parcchasseral.ch](mailto:viviane.vienat@parcchasseral.ch)  
+41 (0)79 363 74 89



*Le Parc naturel régional Chasseral fait partie des territoires d'excellence que forment les 20 parcs suisses. Prix Paysage 2022, il est reconnu par la Confédération depuis 2012. Son but est de préserver et mettre en valeur son patrimoine et de contribuer au développement durable de la région. Le Parc s'étend sur 470 km<sup>2</sup> et 23 communes et compte quelque 53'000 habitants.*