

Escursione di erbe selvatiche – Il venerdì

Wildkräuterführung am Freitag



Valle Onsernone - Loco e nei dintorni / Loco und Umgebung

Durante una passeggiata verrete a conoscere le erbe selvatiche di stagione ed apprenderete alcuni utilizzi di essi sia in cucina, che per la preparazione di tè, o la produzione di olio, tinture o creme. Imparerete fondamentali nozioni di piante protette e del pericolo di scambio con altre erbe. Infine un pranzo con erbe selvatiche.

- Difficoltà:** Facile (scarpe adatte, protezione solare, acqua)
Durata: 4,5 ore (ca. 2,5ore escursione; 2 ore raccolta erba, preparazione e consumo del pranzo)
Periodo: Da meta marzo a meta luglio
Prezzo: CHF 50.- per persona, pranzo incluso
Punto di ritrovo: Loco, ore 10.00, primo parcheggio a sinistra, prima del Ristorante Onsernone.. Su richiesta ritiro a Cavigliano, all'entrata della Valle Onsernone
Iscrizioni: Manuela Treppens 077 446 25 16; info@monte-anima.com
Fino alle ore 17.00 di giovedì, massimo 6 partecipanti



Auf einem Rundgang lernen Sie die Wildkräuter der Saison kennen und erhalten Einblick über ihre Verwendung: in der Küche, als Tee, Herstellung von Öl, Tinktur, Salbe und als Räucherwerk.

Grundkenntnisse über geschützte Pflanzen und Verwechslungsmöglichkeiten werden vermittelt. Gemeinsame Wildkräutermahlzeit..

- Schwierigkeitsgrad:** Leicht (geeignetes Schuhwerk, Sonnenschutz und Trinkwasser)
Dauer: 4,5 Stunden (ca. 2,5h Führung, 2h sammeln, Vorbereitung der Mahlzeit & Mittagessen)
Jahreszeiten: Von Mitte März bis Mitte Juli
Preis: CHF 50.- pro Person incl. einfaches Mittagessen
Treffpunkt: Loco, 10.00 Uhr, erster Parkplatz links vor dem Ristorante Onsernone. Auf Anfrage Abholservice in Cavigliano (Taleingang)
Anmeldung: Manuela Treppens 077 446 25 16 oder info@monte-anima.com
Anmeldeschluss: Donnerstag 17.00 Uhr, max. 6 Teilnehmer

Venerdì dalle ore 10.00 alle ore 14.30 / Freitag von 10.00 Uhr bis 14.30 Uhr

Salvo il 29.03. e 10.05.2013 / Ausser am 29.03. und am 10.05.2013

Su richiesta sono possibili anche altri appuntamenti / Auf Anfrage auch an anderen Terminen