

Sortie algue 2021



Lundi 26 avril : Coef : 103 / rdv 8h45

Mardi 27 avril : Coef : 110 / rdv 9h15

Mercredi 28 avril : Coef 111 / rdv 10h

Jeudi 29 avril : Coef 108 / rdv 11h (pas d'atelier cuisine)

Vendredi 30 avril : Coef 99 / atelier cuisine à 8h45 sortie découverte : 12h *

Mercredi 26 mai : Coef : 103 / rdv 9h

Jeudi 27 mai : Coef : 103 / rdv 9h45

Vendredi 28 mai : Coef : 103 / rdv 10h30 – **Raguenez Nevez**

Samedi 29 mai : Coef : 94 / atelier cuisine à 8h45 sortie découverte : 12h *

Vendredi 25 juin : Coef : 95 / rdv 9h30

Samedi 26 juin : Coef : 94 / rdv 10h

Dimanche 27 juin : Coef 91 / rdv 11h (pas d'atelier cuisine)

Samedi 24 juillet : Coef : 91 / rdv 9h15 sur l'estran *

Dimanche 25 juillet : Coef : 93 / rdv 10h sur l'estran *

Lundi 26 juillet : Coef : 92 / rdv 11h sur l'estran* (pas d'atelier cuisine)

Lundi 23 aout : Coef : 94 / rdv 10h sur l'estran *

Mardi 24 aout : Coef 95 / rdv : 10h30 sur l'estran *

*30 avril et 29 mai l'atelier cuisine a lieu le matin avec les algues que j'aurai ramassé la veille

Pour la sortie sur l'estran

Lieu : plage de Trenez à Moëlan-sur-mer (29)

Prendre la direction des plages au bourg de Moëlan ou Kergroès

Après le village de Kergroès tourner à gauche en direction de la plage de Trenez

RDV sur le parking face à la mer (J'ai une voiture commerciale blanche)

Durée : Plus ou moins deux heures

SECURITE : vous assurez que vous êtes à l'aise pour marcher un peu sur les rochers

Ce que nous trouvons en général

Les algues sont vivantes, elles poussent pour la plupart au printemps, croissent et disparaissent l'hiver, comme les plantes. En fonction du temps (beaucoup de soleil ou beaucoup de pluie) nous ne trouvons pas toutes les algues au même moment d'une année sur l'autre. Mais la marée nous offre toujours de belles surprises. Nous pouvons cueillir en général, minimum, 4 à 5 variétés et je vous montre en général 6 à 7 variétés

Matériel à apporter :

1 seau par personne

Une paire de ciseau par personne

Des sachets en plastiques, 4 ou 5 (genre congélation ou plastique de caisse) ou boîte en plastique (pour faire une cueillette en séparant les petites algues des grandes)

Tenue :

Bottes ou chaussures d'eau ou chaussures tenant bien au pied (rocher glissant) et pouvant aller dans l'eau (pas de sandalettes de ville)

En fonction du temps : coupe ventou.... ombre solaire

Pour l'atelier cuisine

Lieu : Moëlan- sur-mer, 9 Landuc 06 86 79 08 12

Prendre la rue des Moulins jusqu'au lieu dit les grands châtaigniers. Tourner à droite, 5 mètres après à gauche en direction de Landuc. 300 m à gauche, vous y êtes. Panneau sur la boîte aux lettres : ***Centre art santé nature***



Nous cuisinons : une entrée, un plat, un dessert.

Repas végétarien : les algues riches en protéine sont un bon remplacement des protéines animales

Si vous avez des allergies alimentaires, me prévenir à l'inscription

Matériel à apporter : 2 ou 3 boîtes en plastique, 1 pot de yaourt en verre par personne (si vous en avez, autrement j'en ai toujours). Les algues sont tellement nourrissantes que parfois on prépare des plats que nous n'avons pas envie de manger, car nous sommes rassasiés ; donc chacun repart avec une petite portion pour la maison.

Votre couteau favori si vous le souhaitez..... un tablier de cuisine si cela est dans votre habitude...

Vous repartez avec une fiche contenant les informations générales et une fiche de recettes
Possibilité que je vous envoie par mail un dossier avec des photos couleurs des algues.....
« *Pour mieux se souvenir !* »

Au plaisir de ce moment à partager

SUR RESERVATION UNIQUEMENT

Organisé par l'association Terre d'éveil

06 86 79 08 12