

# Menu

de notre table paysanne

le 16 janvier 2016



menu unique - boisson comprise\*  
à 15 €/personne  
offert pour les enfants de moins de 6 ans



entrée

spaghetti de crudités sauce yaourt aux herbes et aux épices douces  
graines toastées  
prunelles et cornouilles lacto-fermentées

plat

couscous aux légumes d'hiver et pois chiches germés

dessert

crème aux œufs parfumée au géranium rosat



café, thé ou tisane

le repas est accompagné de pain "maison"

*\*boisson comprise - nous ne servons pas d'alcool*

# Goûter à la ferme

le 10 janvier 2016



menu unique - boisson comprise\*  
à 8 €/personne



muffins de blettes à la vanille

"little pecan pies"

(mini tartelettes aux noix de pécan)



jus de pomme, thé ou tisane

*\*boisson comprise - nous ne servons pas d'alcool*

# Du champ à l'assiette

le 24 octobre 2015



50 €/personne - Repas compris\*



Présentation de la ferme  
Le design en permaculture  
Cueillette sauvage, cueillette au potager  
Préparation du repas/Atelier cuisine  
Partage du repas  
Atelier au choix\*\*



Horaires : de 10h à 17h00

*\*consulter notre fiche "menu"*

*\*\* consulter notre fiche "ateliers"*

# Visite de la ferme

le 19 septembre 2015



22 €/personne - Goûter compris\*



Présentation de la ferme  
Le design en permaculture  
Visite de l'ancien verger, du potager, du nouveau verger  
Présentations de nos techniques  
Echanges autour d'un goûter  
(à base des produits de la ferme)



Horaires : de 14h à 17h30

*\*consulter notre fiche "goûter"*

# Atelier découverte des plantes sauvages

le 14 novembre 2015



15 €/personne  
offert pour les enfants de moins de 6 ans



Présentation de la ferme  
Cueillette sauvages et comestibles entre verger et potager  
Tour des haies et des talus  
Idées gourmandes et repères bibliographiques



Horaires : de 14h30 à 16h

# Atelier cuisine

le 12 décembre 2015



25 €/personne - Dégustation comprise



Présentation de la ferme  
Les saisons, nos produits, notre cuisine

Recettes :

brownies chèvre et panais  
wok de légumes aux saveurs chinoises  
crumble pomme cannelle à l'orange

Visite au potager



Horaires : de 10h à 14h30

# Atelier découverte de la permaculture

le 3 septembre 2015



22 €/personne



Présentation de la ferme  
L'éthique de la permaculture  
Les principes  
Le design de la ferme  
Visite approfondie  
Repères bibliographiques et ressources web



Horaires : de 14h à 17h30

# Atelier infusions

le 10 juin 2015



15 €/personne - Dégustation comprise



Présentation de la ferme  
Nos production et cueillettes sauvages  
La transformation en tisane  
La préparation des infusions et décoctions  
Les infusions solaires eau et vin  
Dégustation d'infusions chaudes et froides



Horaires : de 14h à 16h30