

Corso in presenza e on line su Zoom (ore 18.30-20.00) ed uscite nei fine-settimana ore 9-13.

Il corso comprende sei lezioni di giovedì pomeriggio (in presenza e on line su Zoom) e 6 uscite guidate di sabato o domenica mattina per conoscere le fioriture, le piante officinali, la loro raccolta e il loro impiego alimentare e salutistico nella tradizione locale, concluse da un pranzo a base di erbe.



CTG Volontariato Verona, CTG Lessinia,
CTG San Massimo, Alpini San Massimo

ERBE e PIANTE SPONTANEE VERONESI

**da degustare, ammirare,
annusare, bere...**



**Corso amatoriale per conoscere
erbe e piante officinali della collina
e montagna con ricette ed usi
alimentari e salutistici in pratica**

27 febbraio-6 aprile 2025

Baita Alpini San Massimo (Verona)

Via Marche 135 (ore 18.30-20

in presenza e on line su Zoom)

Programma

Giovedì 27 febbraio. Le piante e le loro caratteristiche. Piante alimurgiche, officinali e velenose, come trovarle e utilizzarle. Preparazione e degustazione di infusi, tisane e decotti.

Sabato 1 marzo Escursione sulle colline di Illasi con ritrovo ore 9 in piazza della chiesa a Illasi. Facile-media.

Giovedì 6 marzo Proprietà delle piante. Piante curiose. Conserve e salse Ricette tradizionali e non a base di erbe. Come prepararle. Degustazione di salse

Domenica 9 marzo Escursione da Badia Calavena a Pergari ed alle contrade Facile-media. Con degustazione di salse e formaggi alle erbe.

Giovedì 13 marzo Fasce vegetazionali della collina e montagna veronese: boschi, praterie e foreste e associazioni vegetali Degustazione di ricette al femminile

Sabato 15 marzo

Escursione sulle colline moreniche con ritrovo a Santa Lucia ai Monti di Valeggio ore 9 e rientro per le 13. Facile-media.

Giovedì 20 marzo Piante medicinali e piante velenose Preparazione di marmellate con erbe e fiori e degustazione

Domenica 23 marzo Escursione sulle colline da Marano a San Rocco con ritrovo a Marano alle ore 9 e rientro per le 13.

Giovedì 27 marzo

Curarsi con le erbe in modo tradizionale. Preparazione di liquori e grappe con erbe, piante e fiori e degustazione

Sabato 29 marzo Escursione nei dintorni di Velo, con ritrovo ore 9 al parcheggio di Velo, Facile-media.

Giovedì 3 aprile Fioriture e Grandi alberi Utilizzi salutistici delle piante. Preparazione di dolci con erbe, piante e fiori. E degustazione

Domenica 6 aprile **Gastronomia** e ricette tradizionali con le piante e le erbe. Cucina assieme e **pranzo a base di erbe e prodotti tipici veronesi** (ore 10-14). Consegna attestati



Regolamento

1. Il corso è organizzato dai gruppi CTG Volontariato e Lessinia in collaborazione con CTG San Massimo e Alpini S. Massimo.
2. È rivolto a tutti, interessati alla botanica officinale e all'uso alimentare delle erbe nella tradizione popolare.
3. Il corso prevede 6 lezioni in presenza e on line e 6 visite guidate, con degustazioni.
4. A chi lo richiede verrà rilasciato un attestato di frequenza (almeno 70% presenze).
5. L'iscrizione al corso costa 30 € più la tessera CTG 2025 (20 €) anche a fini assicurativi. Sono esclusi dalla quota il costo dei prodotti e materiali impiegati e del pranzo finale.
6. Termine per le iscrizioni: 15 febbraio