Maison de la Nature du Sundgau

label CINE Ariena

De la Nature à l'assiette

5 séances de cuisine nature pour retrouver le goût des saisons

Cuisiner autrement & ensemble

La Maison de la Nature du Sundgau vous propose **5 séances** de découverte de la cuisine, ouvertes à **tous les publics**, débutants comme cuisiniers confirmés. Dans une ambiance conviviale, chacun met la main à la pâte pour apprendre, expérimenter et partager de nouvelles idées culinaires.

Au fil des saisons, nous explorerons une cuisine :

- **locale**, privilégiant les producteurs et les produits de notre territoire ;
- **de saison**, pour retrouver le rythme naturel des récoltes ;
- **végétale**, gourmande, colorée et accessible à tous ;
- **biologique**, lorsque cela est possible ;
- **écoresponsable**, en limitant le gaspillage alimentaire et les emballages.

Chaque séance sera consacrée à la **réalisation de plusieurs recettes**, à la découverte d'astuces pour cuisiner au quotidien de manière plus durable, ainsi qu'à des échanges autour de l'alimentation, de la nutrition, de l'environnement !

Le repas sera ensuite dégusté ensemble dans la convivialité, avec la possibilité de repartir avec les recettes et de nombreuses idées à reproduire à la maison.

Programme 2026-2027

19 septembre 2026
18h-21h
Cuisiner au feu de bois
Venez tester la cuisine sans gaz, ni électricité grâce au nouveau four à bois et au feu de camp. L'occasion de célébrer les saveurs de fin d'été avec un menu « enflammé » !

21 novembre 2026
10h-13h
Epicerie maison
Adopter le fait-maison dans sa cuisine, c'est facile ! Découvrez des recettes saines et naturelles et repartez avec plein d'astuces pour remplir vos placards de préparations savoureuses et économiques.

12 décembre 2026
10h-13h
Repas de fêtes… au naturel !
Saveurs réconfortantes et produits d'automne s'invitent sur notre table de fête ! On met les petits plats dans les grands avec un menu festif et original qui étonnera tout le monde !

13 février 2027
14h-17h
Délices fermentés
Découvrez les secrets de la fermentation maison et apprenez à réaliser de délicieuses préparations naturelles : une manière simple, économique et savoureuse de conserver les aliments !

Avril-mai à définir
Cuisine sauvage
Partez à la découverte des plantes sauvages comestibles de nos chemins et apprenez à les cuisiner simplement. Identifiez les espèces sans risque, récoltez-les dans le respect de la nature et réalisez des recettes originales, gourmandes et locales.

INFORMATIONS PRATIQUES

- Inscription LIBRE et GRATUITE.
- Inscription à l'ensemble du cycle de formations
- Places limitées à 14 personnes
- Matériel et ingrédients compris
- Apporter un tablier et des contenants pour emporter les restes !

RENSEIGNEMENT et INSCRIPTIONS

Emilie Jaquet

contact@maison-nature-sundgau.org

03 89 08 07 50

SUD ALSACE LARGUE communauté de communes

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE Liberté Égalité Fraternité

AGENCE DE L'EAU RHIN•MEUSE

ALLOCATIONS FAMILIALES

La Région Grand Est

ALSACE Collectivité européenne

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

Maison de la Nature du Sundgau
13 rue Sainte Barbe
contact@maison-nature-sundgau.org
Tél. : 03 89 08 07 50
maison-nature-sundgau.org