La feuille de mûrier en alimentation humaine

Se diversifier - Cycle Vers à soie et Mûrier

OBJECTIFS

■ Découvrir et expérimenter de nombreuses recettes, de l'apéritif au dessert, à partir de la feuille de mûrier et des mûre

ENJEUX

La feuille de mûrier n'est pas réservée à l'alimentation animale. Dans de nombreux pays orientaux elle est utilisée en alimentation humaine pour ses nombreux bienfaits nutritionnels et pharmaceutiques. Source de protéines, agréable au goût, abondante, elle peut être consommée de différentes façons : fraîche, surgelée, séchée ou en poudre.

PRÉ-REQUIS

Aucun pré-requis nécessaire

CONTENU

• Synthèse sur les propriétés nutritionnelles et thérapeutiques des feuilles et fruits de mûrier.
• Atelier cuisine : confection de recettes. Tout est possible à réaliser avec le mûrier : crackers apéritifs, quiches, pâtes fraîches, barres énergétiques, cookies, pain, thé, tisane, etc. !

En fonction de l'avancement de la saison on utilisera de la feuille fraîche ou de la feuille congelée, de la feuille séchée et de la poudre de feuille séchée (farine) ainsi que des mûres séchées.

A noter : les questions relatives à l'hygiène et le plan de maitrise sanitaire (HACCP) à mettre en place dans toute activité de transformation agro-alimentaire sont abordées dans la formation E1.

MODALITÉ D'ENSEIGNEMENT

présentiel

Infos complémentaires

ORGANISÉE PAR
FD CIVAM du Gard

DURÉE : 1 jour(s)

TARIFS

Finançable par le fond de formation Vivea

Salariés, demandeurs d'emploi, RSA... : nous contacter

ATTESTATION

Remise en fin de formation

RENSEIGNEMENTS

Stéphanie HOSFORD
hosford@civamgard.fr
FD CIVAM du Gard
30 rue des épaulettes - ZA de l'Arnède
30250
SOMMIÈRES
Tel. 04.66.77.15.04 ou 07 69 91 39 93
N° d'organisme de formation : 91.30.00.40.930

Inscription sur www.civamgard.fr

NOTE : Apporter son pique-nique !

DATES, LIEUX ET INTERVENANTS

Date	Lieu	Intervenant
10/12/2025	30170 Gard	Marie Foyer, éleveuse de vers à soie, fileuse et teinturière

THÈMES

Pratiques et productions agricoles | Agriculture durable

FINANCEURS

VIVÉA — Accompagner. Former. Cultiver l'avenir.

☐ J'atteste avoir pris connaissance des conditions générales de formation (Voir la fiche)