



la formazione in agricoltura

Corso del progetto F.I.S.I. Agri.



## LA FITOALIMURGIA E L'ETNOBOTANICA: IL RICONOSCIMENTO E L'USO CULINARIO DELLE ERBE SPONTANEE

**DESTINATARI:** Imprenditori agrituristici e loro coadiuvanti, imprenditori agricoli.

**ORE:** 20 ore, articolate in 5 incontri di 4 ore.

**LUOGO DI SVOLGIMENTO :** Pistoia c/o sede CIA via Enrico Fermi 1/a

Lamporecchio c/o Oleificio Montalbano

**DATE e ORARIO:** Pistoia, 12, 14, 16, 19 e 21 Novembre 2007 dalle ore 17:00 alle 21:00

Lamporecchio, 4, 6, 8, 11, 13 Febbraio 2007 dalle ore 17:00 alle 21:00

**ATTESTATO:** rilasciato attestato di frequenza.

**DOCENTI:** Buratti Paolo.

**COSTO:** corso completamente gratuito.

### OBIETTIVI

Il corso ha lo scopo di far conoscere l'uso delle specie vegetali (soprattutto erbe spontanee) a scopo alimentare, quando si raccolgono, come si cucinano, le loro proprietà ed i loro principi attivi.

Nel recente passato era consuetudine di molte persone, in particolare nei ceti meno abbienti, andare per erbe, e per questi le verdure selvatiche hanno costituito una risorsa alimentare di primaria importanza. Oggi la fitoalimurgia non ha più la funzione di risorsa alimentare, ma molti, grazie anche al maggior tempo libero a disposizione, stanno riscoprendo che andare per verdure porta alcuni benefici: venire a contatto con la natura, fare delle lunghe passeggiate e non ultimo variare il classico menù (notevoli sono infatti gli usi culinari che possono essere realizzati con le erbe che crescono spontanee nei campi).

L'etno-botanica è una scienza al confine tra antropologia culturale e botanica che si occupa dell'uso e della percezione delle specie vegetali all'interno di una o più società umane.

### CONTENUTI

- Lo studio delle erbe spontanee: nasce la fitoalimurgia affiancata dalla etnobotanica.
- Cenni di botanica
- Cenni sulle principali piante che possono essere utilizzate
- Coltivazione biologica delle piante aromatiche
- Uso in cucina delle erbe spontanee
- Iniziamo a riconoscere le erbe che si usano per tè e tisane o per gli antipasti; per brodi, minestre e zuppe o nei ripieni dei primi piatti; per fare gustose salse per i primi piatti ed anche per il resto delle portate; per secondo piatto; per le insalate oppure cotte e condite in vari modi; per preparare creme e confetture o per confezionare biscotti, crostate e dolci; per servire la frutta; per preparare liquori ed amari; per preparare sciroppi e bevande rinfrescanti; per conservare sott'aceto, sott'olio, al naturale o essiccate.

### PER INFORMAZIONI ED ISCRIZIONI

Cipa-at Pistoia  
Via E. Fermi 1/a – Pistoia  
tel. 0573 535413 – fax 573 535422  
e-mail: [pistoia.cipa@cia.it](mailto:pistoia.cipa@cia.it)