

Med naturen på menyen

- hausting og bruk av sopp, bær og ville urter

Vi omgir oss med ein natur som er rik på ressursar som sopp, bær og ville urter. Korleis bruke desse råvarene i matlaging?

Dette er eit kurs der du blir kjent med sopp, bær og urter i naturen. Etter ei teoretisk innføring, haustar vi inn ulike sopp og lagar ulike rettar.

Nokre tema:

- gode matsoppar
- giftsoppar
- handtering, bruk og lagring
- tradisjonell og utradisjonell bruk av sopp og urter
- sopp, bær og urter i ulike menyar

Kurslærer: Naturkokk og soppekspert Inger Lise Østmoe, også kalt fru Matsprell, www.norsopp.no. Hovedforfattar av "Matsprell i naturens verden".

Kursstad: Mo og Jølster vgs/Øyrane vgs

Tidspunkt: 15. sept. Kl. 10.00-18.00

Pris: Kr. 900,-

Påmeldingsfrist: 3. sept.

Påmelding til Mo og Jølster vgs, avd. Mo

Tlf: 57 65 64 40

E-post: paamelding.mojo@sfj.no

Dette er eit av fleire kurs Mo og Jølster vgs arrangerer i samarbeid med Kompetansenavet Vest der fokuset er bruk av lokal mat. Sjå kursoversikt på www.kompetansenavet.no for fleire kurs.