

INBJUDAN TILL INSPIRATIONS DAG
KOCK / RESTAURANG

Vildplockat på menyn

En utedag i Järvsö med Lisen Sundgren



Måndagen
den 7 JUNI

Dagen är för dig som utveckla recept och menyer med vildplockade ingredienser. Nu har du chansen att gå ut och plocka smaker från skog & mark tillsammans med en av Sveriges främsta på området.

Dagen inleds med föredrag om vad man ska tänka på när man samlar vilda växter, vad säger allemansrätten, var får/kan man plocka, hur vet man vad som är i säsong och, inte minst – hur skiljer man ätliga från giftiga växter!

Vandring på cirka 2 timmar där Lisen berättar om de växter vi möter, hur de identifieras, hur de förändras under säsongen och vilka växtdelar som är bäst när. Framför allt smakar och luktar vi på dem och bollar idéer om hur de bäst används till mat och dryck, samt hur man eventuellt kan spara dem, torka/lägga in/ frysa in o.s.v. Tillåter vädret så lagar vi lunch ute på det vi samlat.

(Läs mer på nästa sida)

Måndagen den 7:e Juni
Start kl 10.00- ca 16.00
Plats: Stenegård, Järvsö.
Fika & lunch ingår

BOKA DIN PLATS SENAST DEN 3:E JUNI

TILL ANMÄLAN!



Inspirationsdagar är kostnadsfria för medlemmar i MatVärden, men om du utelämnas debiteras du en kostnad på 300:-
Kostnad för icke medlem: 300 kr per person

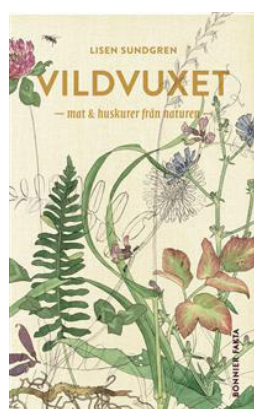
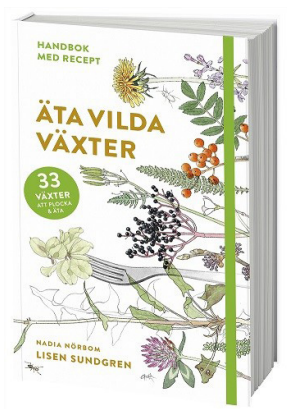
Vill du bli medlem i MatVärden?
Avgiften per år är 300 kr/per person/företag. Medlemskapet är personligt.
Läs mer på vår hemsida och bli medlem:
<http://matvarlden.se/bli-medlem-online/>

Har du frågor? Ring eller maila
Linda Elverstig på MatVärden
tel: 070-593 65 32
mail: linda@matvarlden.se

Kort om Lisen...

Lisen har i undervisat om vilda ätliga växter i över tjugo år och skrivit tre böcker i ämnet, varav en tillsammans med kocken Rune Kalf-Hansen (Det vilda köket, 2013). Redan 2001 började utbildade hon kockar och övrig kökspersonal på Rosendals trädgård om användning av vilda växter. Andra samarbeten är restauranger som Volt, Gastrologik, Agrikultur, Mathias Dahlgren, Ulriksdals värdshus, Mat och chokladstudio (Malmö) med flera. (utbildningar & gästspel)

Lisen var med om att ta fram konceptet för Restaurang Skog på Sigtunahöjden genom utbildning och workshops av kökspersonalen och på Restaurangakademien har hon haft ett flertal kurser för branschen. Nära samarbetspartners idag är Artipelag, Rosendals trädgård, Restaurangakademien, Pukka teer och Osprey farm. Flitigt anlitad i TV, press och poddar.



Besök Lisens hemsida!
[Life by Lisen](#)

Läs en artikel med
Lisen här:
[Växande intresse för
naturlig delikatess](#)

Att lära sig laga mat med vilda ätliga växter är att öppna dörren till en helt ny smakvärld och förhållningssätt till naturen, samt vad det innebär att laga mat som speglar såväl platsen som årstiden. För den som ska servera vilt på menyn är det extra viktigt att ha koll på identifikation av det ätliga och vad som skiljer vissa växter från giftiga! Vi ägnar dagen åt en djupdykning i smak, doft, receptutveckling av mat och dryck och allt man behöver tänka på för att tryggt erbjuda ogräs på menyn.

Hoppas vi ses i Järvsö!

Närmare info kommer dagarna innan eventet till dig som anmäler dig. Håll tummarna för fint väder. Och tillsammans gör vi detta till ett coronasäkert arrangemang. Vi kommer att vara utomhus största delen av dagen.



Vill du hitta lokal mat från Hälsingland & Gästrikland?
Du hittar producenter från Gävleborg på www.matvarden.se