

## “Mangia la foglia!”

### Corso di botanica di base

### sul riconoscimento delle piante spontanee ad uso alimentare

(VII edizione)



---

#### Descrizione

Gli argomenti trattati nelle lezioni saranno i seguenti:

- 1 – Cos'è la fitoalimurgia, origine e utilità; la classificazione e i nomi delle piante; morfologia della pianta: radice, fusto, foglia; foglie per tutti i gusti.
- 2 – Impariamo ad osservare i fiori; le principali famiglie botaniche di interesse alimentare e gli utilizzi in cucina di alcune specie commestibili.
- 3 – Le sostanze chimiche delle piante, difesa e attrazione. Piante velenose, esempi e possibilità di confusione. Rischi connessi alla raccolta e avvertenze per il consumo.
- 4 – Prepararsi all'uscita: errori da evitare; specie rare e protette; consigli utili per una raccolta sostenibile; strumenti per la raccolta, bibliografia e sitografia di interesse.
- 5 – Uscita sul campo, “pascolo in libertà”, habitat e specie rappresentative.

Ogni lezione sarà accompagnata dall'osservazione di campioni freschi e/o essiccati.

---

#### Calendario ed orari delle lezioni

**Date delle lezioni:** mercoledì 3, 10, 17 e 24 aprile 2024, più un'uscita sul campo

**Orario:** ore 17.30 - 19.30 per le 4 lezioni teorico-pratiche in aula

Per la 5<sup>a</sup> lezione, sul campo, della durata di 2-2,5 ore, luogo e orario ancora da definirsi

---

#### Materiale didattico

- Ogni lezione sarà accompagnata dall'osservazione di campioni freschi e/o essiccati di specie di interesse alimentare.
- Agli iscritti verrà consegnata una cartellina con delle schede a supporto dell'attività svolta durante la lezione più una sintesi degli argomenti trattati.
- Durante la lezione gli allievi saranno invitati a svolgere attività pratiche di osservazione e determinazione di campioni vegetali con l'ausilio di strumentazione di laboratorio fornita direttamente dalla docente.

- Verranno inoltre messi a disposizione testi di botanica che aiutino nella determinazione delle specie.

### Sede del corso

---

**Sede CAI di Cuneo** – Via Porta Mondovì, 5 - Cuneo (prima della piscina comunale)

### Docente

---

**Valentina Carasso** si laurea in Scienze Ambientali e Forestali nel 1998 e, in seguito, consegue il titolo di dottore di ricerca in biologia vegetale (Ph.D.).

Dal 2003 presta consulenza scientifica all'Ente di gestione delle Aree Protette delle Alpi Marittime, presso il Centro Regionale Biodiversità Vegetale di Chiusa Pesio, nell'ambito della conservazione *ex situ* della flora rara ed endemica piemontese.

Dal 2010 svolge attività di ricerca in collaborazione con tre diverse università statunitensi nel campo della biologia delle malattie infettive delle piante.

La sua passione per le specie selvatiche di interesse alimentare nasce nel 2014, anno in cui inizia ad occuparsi di alcune entità edibili, ricercandole sul territorio e studiandone la germinazione in laboratorio ed in vivaio, per la loro salvaguardia e per una possibile domesticazione e conservazione al di fuori dell'ambiente naturale.

La docente è autrice di pubblicazioni scientifiche su riviste indicizzate di carattere nazionale ed internazionale.

### Costi e modalità di iscrizione

---

**N. di partecipanti:** **minimo 15 – massimo 20 persone** (in caso di mancato raggiungimento del numero minimo il corso non verrà attivato)

**Costo del corso a persona:** 160 €

**Sconto del 10% per i soci del CAI:** 144 € (in tal caso è necessario presentarsi alla 1° lezione muniti della tessera del CAI)

**Iscrizioni:** comunicate la vostra iscrizione all'indirizzo **valentina.carasso72@gmail.com**

**In sede di iscrizione si prega di comunicare alla docente le seguenti generalità, al fine di consentire la preparazione delle fatture elettroniche che verranno consegnate durante il corso:** Nome, Cognome, indirizzo, Codice Fiscale (o Partita IVA), e-mail, (telefono).

Per formalizzare l'iscrizione si richiede un **acconto di € 100,00**, come impegno per me e per voi, tramite bonifico bancario, entro la data del 1/4/2024

**IBAN** intestato a Valentina Carasso IT53B0306910219100000007706 (ISP)

Banca Intesa Sanpaolo, filiale di Cuneo, Piazza Europa, 1.

**Causale:** iscrizione al Corso "Mangia la foglia" (VII edizione)

**N.B.** Nel caso di mancato raggiungimento del numero minimo di partecipanti la docente ricontatterà tempestivamente gli iscritti per la restituzione dell'acconto.

**Termini per l'iscrizione:** entro e non oltre il 1/4/2024

**Saldo del corso:** il pagamento del saldo (€ 60,00 o € 44 con tessera CAI) sarà effettuato in contanti o tramite Satispay la sera della prima lezione (3/4/2023). Non sono previste altre modalità di pagamento.

**Per ragioni organizzative le lezioni perse non potranno essere recuperate**

### Contatti e sito internet

---

Per e-mail: [valentina.carasso72@gmail.com](mailto:valentina.carasso72@gmail.com)

#### **!!! AVVERTENZA IMPORTANTE !!!**

La raccolta ed il consumo di piante selvatiche in modo responsabile e sostenibile comporta l'essere in grado di identificarle, conoscerne l'aspetto macro e microscopico, le modalità di crescita e sviluppo, gli ambienti in cui sono presenti, quali parti di esse possono essere utilizzate, le modalità di consumo e i rischi di confusione con specie tossiche.

Si precisa che tutte le informazioni fornite durante il corso, seppur basate su fonti autorevoli e scientifiche, sono da considerarsi puramente informative.

La docente declina pertanto ogni responsabilità sull'uso improprio delle specie a scopo alimentare o curativo.

Cuneo, 10 febbraio 2024

Dr. Valentina Carasso

