



**VENERDÌ 11 MARZO 2022**

**CONVENTO FRATI CAPPUCCINI DI MONTEROSSO AL MARE**

# ANDAR PER ERBI

**Le piante selvatiche  
della tradizione gastronomica ligure  
e il “giardino dei semplici”  
dei Frati Cappuccini**

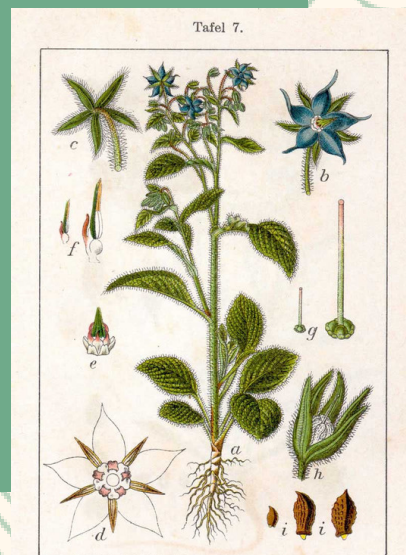
Un appuntamento primaverile a contatto della natura e delle tradizioni più antiche. Insieme per imparare a riconoscere e utilizzare le erbe selvatiche di cui la Liguria è ricca e che, fra i diversi usi, ritroviamo in numerose ricette e piatti locali. Erbe che, anche secondo l'antica abitudine dei frati cappuccini, venivano coltivate nei conventi e manipolate per creare unguenti e medicinali.

---

Per informazioni e iscrizioni:  
[conventomonterosso@gmail.com](mailto:conventomonterosso@gmail.com)  
[www.conventomonterosso.it](http://www.conventomonterosso.it)



**Convento Frati Cappuccini**  
Monterosso al Mare



Echter Boretsch, Borago officinalis.

# PROGRAMMA DELLA GIORNATA

---

## **Ore 10.00 Ritrovo al Convento dei Frati Cappuccini**

In una lezione introduttiva Viviana spiega la storia e le qualità delle alimurgiche cercando di individuare le caratteristiche che aiutano al loro riconoscimento. Racconto dei giardini conventuali e delle erbe coltivate dai frati con padre Renato.

**Ore 11.30** Passeggiata nelle valli e nei terreni intorno a Monterosso per cercare le piante, riconoscerle e fotografarle.

## **Ore 13.30** Rientro al Convento e spuntino aromatico

A seguire osservazione delle piante fresche e allenamento al loro riconoscimento in compagnia di Luciano e Gabriella, monterossini esperti e conoscitori di erbi.

## **Ore 16** Partenza

*Quota di partecipazione individuale € 25*

Si consiglia di indossare scarpe comode per l'arrivo al convento e per la passeggiata che prevede percorsi in salita e discesa.

