

SPIS Sorø - vildt og lokalt



Foredrag og vild mad

Fisk fra Tystrup-søerne

Mandag d. 2/9 kl. 17 - 21

Foredrag: Naturvejleder+ FruGrøn
Vild mad med urter og fisk

Er vilde urter sunde eller giftige?

Mandag den 9/9 kl. 17 - 21

Medicinhaven v/Mette Herget.
Middag på Kongskilde

FruGrøn's have og Grill-fisk

Mandag den 16/9 kl.17 - 21

Godt fra Sorøsøer, have og drivhus,
Grillet fisk, suppe og grønt brød

Besøg i Haverefugiet

Mandag den 23/9 kl.17 -21

Stress-behandling i Sorø's natur.
v/Ella Hilker, Mad fra Kongskilde

Livsglæde og god smag

Mandag den 30/9 kl. 17 - 21

Lav personlige flødeboller med frugt
v/ Jørgen Gornitzka. Vild mad

SORØ spiser vildt!

Søndag den 13/10 kl. 14 - 21

TILMELDING/program på bagsiden
Læs på hjemmesiderne nedenfor
Besøg: FB-gruppen: SPIS SORØ

Vi er en gruppe af ildsjæle, der tilbyder en foredragsrække med oplevelser, der giver livsglæde, sundhed og nærhed på en bæredygtig måde. Sammen vil vi prøve at tilberede og spise fisk fra Sorø-søerne, rådyr, fasaner og ænder fra skovene. Og måske lokale kaniner og kyllinger. Grønsager, svampe, frugter og krydderier fra haver og skove.

Vildt, lækkert, sundt, sjovt og lærerigt!

Når vi spiser vores lokale produkter, er vi med til at nedsætte CO2-udslip fra transport af fødevarer. Vi tror, det kan være en stor oplevelse at komme til fx at pelse et rådyr, stege ferskvandsfisk og selv være med til at finde og tilberede råvarerne til vores måltid.

Foredragsrækken handler om, hvordan vi sammen kan være med til at gøre Sorø endnu "Grønnere", således at både soranere, turister og tilflyttere får kendskab til vores lokale madproduktion. Vi tilbyder 5 mandage i september og en oplevelsesdag søndag den 13/10 på Kongskilde.

Alle arrangementer starter kl. 17 på forskellige adresser med foredrag og efterfølgende spisning og erfaringsudveksling. Måltiderne bliver enten tilberedt over bål, i et skolekøkken, af deltagere, FruGrøn eller køkkenchef René de la Cruz.

Kongskildefriluftsgaard.com, Chokoman.dk, Herget.dk, Støtteforeningen for KongskildeFriluft

[Hørhavgårds Landboturisme/B&B](http://HørhavgårdsLandboturisme/B&B), Haverefugiet.dk, FruGrøn.dk