

# Antico Mulino di Chiaravalle

## Maggio 2011

### LABORATORI DI PANIFICAZIONE ED ERBORISTERIA

#### Domenica 8 maggio



##### Ore 10: "Panificazione: il tipico pan meino"

Sperimentiamo la ricetta del famoso *pan de mej*.  
Per riscoprire le antiche tradizioni e i prodotti tipici locali

##### Ore 16: "Segreti da erborista: viso purificato a primavera"

In occasione della festa della mamma!



Realizzeremo profumate maschere di bellezza a base di argilla scoprendo qualche informazione sui vari tipi di pelle.

In giornata si svolgerà anche la MARCIA DELLA VETTABIA.

Nel pomeriggio presso il NOCETUM sarà ricostruito un antico borgo medievale e saranno distribuiti buoni sconto da 2 EURO per partecipare a questo laboratorio.

#### Domenica 22 maggio



##### Ore 10: "Panificazione: croissant alle erbe"

Ricetta sfiziosa con le erbe dell'Orto dei Semplici.

Vi mostreremo la procedura per ottenere questo particolare accostamento.

##### Ore 15: "Segreti da erborista: prepararsi all'estate"

Qualche ricetta per essere pronte per la nuova stagione!



Ceretta, smagliature cellulite trattate in modo naturale.

#### Domenica 29 maggio

##### Ore 10: "Panificazione: pane con lievito madre"

I segreti della panificazione raccontati in questo laboratorio.

Grazie al lievito madre cuoceremo nel forno a legna un buonissimo pane.



##### Ore 16: "Segreti da erborista: crema rinfrescante alla menta"

Realizzeremo una rinfrescante crema profumata utilizzando la menta dell'orto del Mulino.

Questo laboratorio è in occasione dell'evento "LE PIANTE E L'UOMO", itinerario in bicicletta con partenza dal PUNTO PARCO STAZIONE DELLE BICICLETTE

DI SAN DONATO MILANESE,

con tappa al PUNTO PARCO NOCETUM ed arrivo all'ABBAZIA DI CHIARAVALLE.



# Antico Mulino di Chiaravalle Giugno - Luglio 2011

## LABORATORI DI PANIFICAZIONE ED ERBORISTERIA



### Domenica 5 giugno

Ore 10: "Panificazione: le tradizionali forme del pane"  
Trucchi per ottenere baguette, trecce, ciabatte, pagnotte;  
tutte ovviamente cotte nel forno a legna del Mulino.



Ore 15: "Segreti da erborista: Saponi scrub rinfrescanti"  
Saponette aromatiche, curative, scrub.  
Ricetta e usi di questa cura di bellezza.

### Domenica 10 luglio



Ore 10: "Panificazione: treccia al miele e semi di papavero"  
Dolce estate, arriva il tempo di raccolta dei semi.  
Quelli di papavero insieme al miele  
saranno i protagonisti di questo laboratorio.



Ore 15: "Segreti da erborista: oleolite alla camomilla"  
Tecnica per catturare alcuni principi attivi  
delle essenze stagionali.  
Per scoprire insieme tutte le proprietà  
di questo macerato.

....e poi....ci rivediamo a  
settembre con i nuovi laboratori  
della stagione!

*Dove? All'Antico Mulino di Chiaravalle, presso l'Abbazia, via Sant'Arialdo 102 (MI)*

*Durata laboratori: circa 2 ore*

*Ingresso laboratorio 8€, secondo laboratorio durante la stessa giornata 6€*

*Ingresso laboratorio per famiglie con più di 2 figli: bambini 6€, adulti 8€*

*Visita guidata abbinata al laboratorio 2€ anziché 3€.*

*Iscrizione: Entro il venerdì precedente il laboratorio. Preferibilmente via mail all'indirizzo [info@koinecoopsociale.it](mailto:info@koinecoopsociale.it) specificando la data interessata, l'orario, il titolo del laboratorio, il numero e l'età dei partecipanti.*

*Per informazioni contattare Koinè allo 02-42292265 in orari d'ufficio.*



Provincia  
di Milano



PARCO  
AGRICOLO  
SUD  
MILANO



Abbazia di Chiaravalle



KOINÈ COOPERATIVA SOCIALE ONLUS  
Progettazione e gestione di iniziative sociali