



Balade Gourmande

De sombres vallons en crêtes lumineuses...
Gréolières Les Neiges ou les environs...

Je suis accompagnateur en montagne et paysan-boulangier. Je fais pousser du blé
que je transforme en farine puis en pain. J'ai trouvé naturel de vous faire
découvrir à la fois, le territoire et sa production...

CONVIVIALITÉ

PARTAGE

DÉCOUVERTE

AGRICULTURE

CUEILLETTE

PAYSAN Bio

PLANTES SAUVAGES

DÉGUSTATION

PRODUITS FRAIS

LOCAUX

DE SAISON

vendredi 25 août

Départ de la balade vers **9h30**

3 h 30 à 4 h 15 de marche...

2 h 30 de **pauses** découvertes, repas, sieste...

entre 11 et 12,5 km...

de 350 à 530 m de dénivelée...

**Le tout, en grande partie, à l'ombre des pins,
sapins, épicéas et autres hêtres...**

Plus d'infos sur <http://frederic.devesa.free.fr/baladeGourmande.htm>

Au menu... Apéritif maison et amuse bouche provençal
légumes du jardin et de Collongues
charcuterie de Valderoure
fromages de Collongues et de La Sagne
vin de Saint-Jeannet
pain maison
miel de pissenlits
pain brioché maison aussi ;o)



Information et réservation

06 16 86 41 03 - frederic.devesa@free.fr

40 € / gratuit pour les enfants qui ne déjeunent pas

Chaussures et vêtements adaptés, chapeau, crème solaire, lunette de soleil, eau...

Frédéric Devésa – Accompagnateur en Moyenne Montagne – <http://frederic.devesa.free.fr>