

## Program

### I Festiwal Bioróżnorodności w Opolu

22 października 2019 r. godz. 14.00

Hotel DeSilva Premium Opole, ul. Powolnego 10

#### 14.00 – 15.15 – Warto posłuchać!

**Małgorzata Adamska** - „*Lokalnie, sezonowo, zdrowo - czyli co w kuchni piszczy*” (proste sposoby na zdrowe żywienie rodziny)

**Sandra Jagielska** - „*Sielsko i anielsko - ogród kwiatowy, zielony balkon, rabatka urządzona z lokalnego kwiatka*”

**Barbara Ziemer** - „*Co w trawie piszczy - czy można podawać chwasty na obiad?*” (kulinarne wykorzystanie jadalnych roślin nieuprawnych);

**Bernadetta Chrzanowicz-Wistuba** - „*Nieźle z Ciebie ziółko - chwasty, trawy, zioła, a zielona przestrzeń w mieście*”

#### 15.15 – Warto spróbować!

Strefa degustacji - prelekcja i pokazy kulinarne:

- potrawy i produkty ekologiczne,
- zdrowa żywność,
- potrawy tradycyjnej kuchni regionalnej,
- degustacja ziół, octów owocowych, warzyw i owoców lokalnych producentów, przetworów, kasz, otrębów, olei itp.,
- kulinarne wykorzystania jadalnych roślin nieuprawnych np. kwiatów i chwastów.

**Impreza bezpłatna – serdecznie zapraszamy!**