



L'alimentation naturelle du Cap de Creus

*Une promenade le long d'une
côte sauvage*

L'alimentation naturelle du Cap de Creus

Une promenade le long d'une côte sauvage

Au sud du parc naturel du Cap de Creus, parmi les plus belles grottes de la Costa Brava, il convient de souligner un étroit rocher qui rejoint la mer, plus connu sous le nom mythique de Cape Norfeu. Couronné par les ruines d'une tour de guet de l'époque moderne, ses pentes sont recouvertes d'une végétation qui est venue se coucher sur les falaises creusées par les vagues et la tramontane venant du nord.

De la luxuriante vallée de Montjoi jusqu'au bout de ce cap, découvrez les herbes et plantes comestibles de notre ligne côtière, qui étaient anciennement utilisées par les pêcheurs de la région ainsi que les fermiers d'antan et que nous sommes en train de récupérer de nos jours dans la cuisine moderne et pour les remèdes faits maison. Lors d'une balade agréable, loin de l'agitation de la Costa Brava, profitez du calme de cet endroit magique, regorgeant d'essences méditerranéennes.

A la fin de la visite, nous aurons l'occasion de prendre un bain de mer dans la grotte Pelosa –en fonction de l'époque de l'année-, de faire un pique-nique avec des ingrédients naturels et locaux ou, lors du retour, de nous arrêter dans les vignes organiques du Mas Marès pour allier les vins d'une cave du Cap de Creus à des fleurs sauvages que nous aurons trouvées lors de notre parcours.

Date: Tout au long de l'année
Durée : Promenade (2,5 h - 3 h), Pique-nique (1 h -1,5 h), Accord vins et fleurs (1 h- 1,5 h)
Lieu : Autour du Cap Norfeu (Roses/Costa Brava)
Groupe : 15 personnes maximum
Public: Adultes et enfants à partir de 8 ans accompagnés

Difficulté: Faible-moyenne (en fonction de l'itinéraire choisi)
Prix: Veuillez consulter nos tarifs
Le prix comprend : Des informations spécifiques et une assistance une fois l'activité réalisée.
Activité privée faite sur mesure.

Agence de voyages GC - 004776

www.naturalwalks.com