

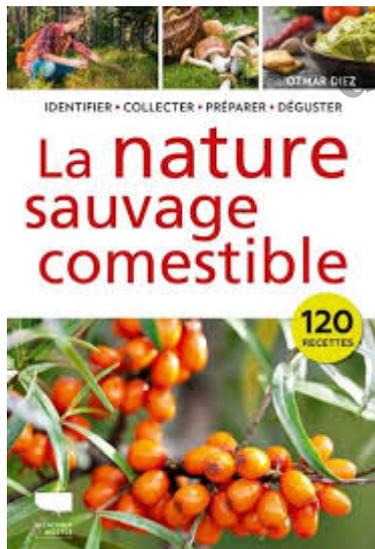
## La nature sauvage comestible

### Description

Otmar DIEZ

Juin 2024 19,90 €

Delachaux et Niestlé ISBN : 2603031295



**Les plantes sauvages comestibles apportent de nombreux bienfaits et participent à notre bonne santé.** Plantes et herbes, champignons, baies et fruits, arbres et arbustes... la nature est généreuse et s'offre au promeneur en toutes saisons.

Chaque fiche pratique détaille les caractéristiques aidant à l'identification et alerte sur les risques de confusion. Pour faciliter la collecte ciblée ou groupée, des précisions sont données sur les interactions entre espèces et les milieux spécifiques dans lesquels elles s'épanouissent.

Des conseils de transformation, de conservation et des recettes complètent le guide.

- **90 espèces communes comestibles.**
- **120 recettes faciles à réaliser.**
- 500 photos et illustrations.

### **Categorie**

1. documents
2. livre
3. SRHGx

### **Tags**

1. comestible
2. nature sauvage
3. plantes
4. plantes sauvages comestibles
5. recettes

### **date créée**

23 juillet 2024

### **Auteur**

cblancke

default watermark