



Journaliste culinaire et historienne de l'alimentation, elle est auteure d'une douzaine de livres de recettes. C'est par gourmandise qu'elle a découvert la magie du fermenté, en faisant son pain au levain et ses yaourts. Fascinée par l'aspect vivant de ces nourritures, elle en a étudié l'histoire et la géographie qu'elle retrace dans « **Ni cru ni cuit** » paru en 2014. En 2022, elle est également autrice du **Miel, une autre histoire de l'humanité**. Fin 2018, Marie-Claire Frédéric a ouvert un restaurant, le Suri, dans le deuxième arrondissement de Paris, établissement qui propose évidemment des recettes à base de fermentation.

**Impliquée dans la promotion d'une alimentation naturelle qui permet de résister à l'industrie agro-alimentaire, elle partage son expérience sur les deux blogs suivants :**

<http://nicrunicuit.com> : **Le blog des aliments fermentés**

<https://www.dumieletdusel.com> : **Recettes de cuisine savoureuses et délicieuses !**

### Categorie

1. documents
2. livre
3. SRHGx

### Tags

1. miel
2. recettes

### date créée

4 septembre 2023

### Auteur

cblancke

default watermark