

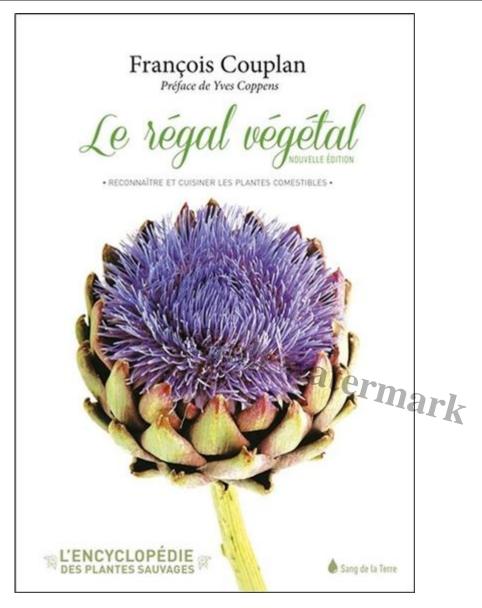
Le régal végétal – Reconnaître et cuisiner les plantes comestibles

Description

François COUPLAN

Octobre 2020 24,54 â,¬

default watermark Éditeur : Sang De La Terre-Medial ISBN: 2869853424



Les plantes sauvages comestibles reviennent en force dans nos assiettes. Ces végétaux, cadeaux de la nature, nous offrent de nouvelles saveurs et représentent une mine extraordinaire de nutriments : il s'agit de véritables « alicaments », nourrissants et gratuits ! » Le régal végétal », premier volume de » L'Encyclopédie des plantes sauvages comestibles » de Couplan, se distingue par son exhaustivité : 650 genres et 1 600 espà ces sont présentés. Chaque plante est étudiée sous l'angle botanique, sémantique, historique, géographique, chimique, alimentaire, médicinal et tinctorial. L'ouvrage comporte également des indications pratiques pour la cueillette et propose des applications culinaires détaillées sous forme de recettes. Une échelle de classement des genres permet de se reporter immédiatement aux plantes les plus intéressantes. En plus : de nombreuses annexes pour cueillir sans danger tout en respectant la nature.

François Couplan est spécialiste des utilisations traditionnelles des plantes sauvages et cultivées, qu'il a étudiées sur les cinq continents.

Ethnobotaniste (Docteur-Ã"s-Sciences, Muséum National d'Histoire Naturelle, Paris â€" Chevalier de l'Ordre du Mérite Agricole), il enseigne depuis 1975 les utilisations des plantes

sauvages en Europe (France, Suisse, Belgique, Allemagne, Autriche, CrÃ"te) et aux États-Unis sous forme de stages pratiques sur le terrain. Il est le créateur de la survie douce, expériences profondes de vie en harmonie avec la nature.

A sa formation scientifique, il joint une expérience approfondie de la vie au sein de la nature, qu'il a explorée à travers le monde. Il vécut en particulier avec plusieurs tribus indiennes d'Amérique du nord, dont il recueillit la tradition

François Couplan est l' auteur de nombreux ouvrages sur les plantes et la nature (45 publiés à ce jour). Il contribue réguliÃ" rement à divers magazines en France, en Suisse et en Allemagne, et a publié plus de 600 articles sur les plantes. Il a également créé l' Institut de Recherches sur les Propriétés de la Flore (France et Suisse) et préconise une agriculture naturelle visant à semicultiver la végétation spontanée.

François Couplan s'attache à mettre en valeur les végétaux comestibles méconnus et à les faire connaître aux restaurateurs et au public par le biais de conférences, de stages, de prestations personnalisées, de publications et des médias. Il travaille actuellement en particulier sur l'alimentation de nos ancêtres au Paléolithique et collabore dans plusieurs pays avec de grands chefs cuisiniers (Marc Veyrat, Annecy; Carlo Crisci, Cossonay (Suisse); Jean-Georges Vongerichten, New York; Jean-Marie Dumaine, Sinzig, (Allemagne) à la réhabilitation des saveurs oubliées. Depuis de nombreuses années, François Couplan parcourt la planète à la recherche des traditions alimentaires des différents groupes culturels qui peuplent notre monde : les relations entre hommes et plantes sont innombrables et fascinantes. Le résultat de ses explorations sera résumé dans une Encyclopédie des plantes comestibles du monde entier.

François Couplan est également photographe et illustre réguliÃ"rement de ses clichés ses articles et ses livres.

Categorie

- 1. documents
- 2. livre
- 3. SRHGx

Tags

- monde végétal
- 2. plantes
- 3. plantes sauvages

date créée 27 mai 2022 Auteur cblancke