

Manger ses mauvaises herbes : Du jardin Ã lâ??assiette !

Description

default watermark

Susanne HANSCH â?? Elke SCHWARZER

16,90â?¬ 150 illustrations â?? 128 pages ISBN : 9782379221606
Ã?dition Ulmer : 2021



Et si on portait un regard diffÃ©rent sur les mauvaises herbes, ces **plantes**, certes **envahissantes**, mais **aux vertus insoupÃ§onnÃ©es** ? Nombre dâ??entre elles sont **comestibles**, elles poussent spontanÃ©ment lÃ oÃ¹ le sol leur convient le mieux et **possÃ¨dent de ce fait des qualitÃ©s nutritives souvent supÃ©rieures Ã celles des lÃ©gumes** ; alors plutÃ´t que de sâ??acharner Ã les arracher pour les mettre sur un tas de compost, pourquoi ne pas les cuisiner ?

Chacune des 28 Â« mauvaises herbes Â» les plus communes (et les plus agaÃ§antes!) sont ici dÃ©crites, avec les meilleures faÃ§ons de les manger. Pour chacune dâ??elles, deux recettes sont proposÃ©es : au final ce sont plus de 50 recettes du monde entier, de soupes, beignets, salades, plats de lÃ©gumes, de viandes et de poissons.

Lâ??ensemble est ponctuÃ© de conseils pratiques pour cueillir, conserver et prÃ©parer de dÃ©licieuses Â« mauvaises Â» herbes.

LES AUTEURS

Susanne HANSCH

Toute jeune dÃ©jÃ , Susanne Hansch Ã©tait attirÃ©e par tout ce qui poussait dans les forÃªts et les prairies. En tant que **Â« consultante en plantes sauvages comestibles Â»,** elle organise des randonnÃ©es et des cours de cuisine thÃ©matiques autour de Ratisbonne, en BaviÃ¨re.

Elke SCHWARZER

Elke Schwarzer est **biologiste**, blogueuse, autrice de livres sur le jardin, et passe du temps dans la nature aussi souvent que possible. Elle gÃ¨re depuis 2003 son petit jardin de ville Ã Bielefeld (dans le Nord de lâ??Allemagne) qui, malgrÃ© sa superficie limitÃ©e, accueille de nombreuses plantes sauvages quâ??elle utilise Ã©galement en cuisine.

Categorie

1. livre
2. SRHGx

default watermark

Tags

1. assiette
2. comestibles
3. jardin
4. mauvaises herbes

date crÃ©Ã©e
30 avril 2021
Auteur
cblancke