



Et si on portait un regard différent sur les mauvaises herbes, ces **plantes**, certes **envahissantes**, mais **aux vertus insoupçonnées** ? Nombre d'entre elles sont **comestibles**, elles poussent spontanément là où le sol leur convient le mieux et **possèdent de ce fait des qualités nutritives souvent supérieures à celles des légumes** ; alors plutôt que de s'acharner à les arracher pour les mettre sur un tas de compost, pourquoi ne pas les cuisiner ?

Chacune des 28 « mauvaises herbes » les plus communes (et les plus agaçantes!) sont ici décrites, avec les meilleures façons de les manger. Pour chacune d'elles, deux recettes sont proposées : au final ce sont plus de 50 recettes du monde entier, de soupes, beignets, salades, plats de légumes, de viandes et de poissons.

L'ensemble est ponctué de conseils pratiques pour cueillir, conserver et préparer de délicieuses « mauvaises » herbes.

LES AUTEURS

Susanne HANSCH

Toute jeune déjà, Susanne Hansch était attirée par tout ce qui poussait dans les forêts et les prairies. En tant que « **consultante en plantes sauvages comestibles** », elle organise des randonnées et des cours de cuisine thématiques autour de Ratisbonne, en Bavière.

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 gère depuis 2003 son petit jardin de ville à Bielefeld (dans le Nord de l'Allemagne) qui, malgré sa superficie limitée, accueille de nombreuses plantes sauvages qu'elle utilise également en cuisine.

Categorie

1. livre
2. SRHGx

Tags

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

date créée

30 avril 2021

Auteur

cblancke

default watermark