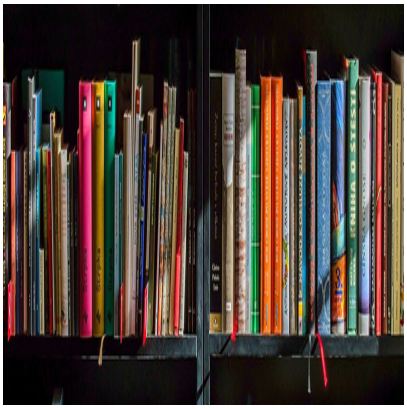


Plantes sauvages comestibles

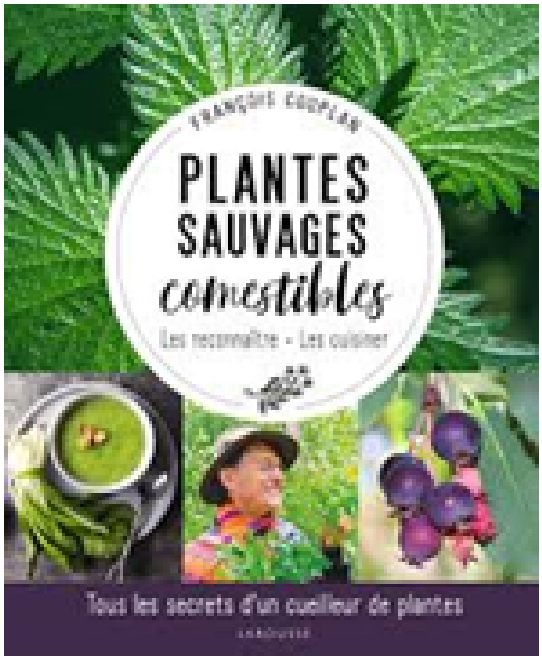
Description

default watermark

FranÃ§ois COUPLAN

Novembre 2022 29.95 â‚¬

Ã‰ditions : Larousse EAN : 9782036012981



Les plantes sauvages nous entourent et certaines sâ€™invitent mÃªme dans les jardins. La bonne nouvelle ? Nombre dâ€™entre elles sont comestibles ! Elles peuvent Ãªtre cuisinÃ©es de multiples faÃ§ons pour confectionner des plats originaux, savoureux et Ã©conomiques !

TrÃ¨s riches en nutriments, **les plantes sauvages** sont aussi de **vÃ©ritables complÃ©ments alimentaires, sains et gratuits.**

FranÃ§ois Couplan vous invite dans **un tour du monde des plantes sauvages comestibles** et vous donne ses **conseils de rÃ©colte** pour ne pas dÃ©vaster la nature, ne pas toucher aux plantes protÃ©gÃ©es, Ã©viter les plantes toxiquesâ€¦

DÃ©couvrez dans cet ouvrage :

â€¢ **200 plantes sauvages de nos rÃ©gions,** classÃ©es par milieux : champs et jardins, bords des chemins, bois et forÃªts, bords des eaux.

Apprenez Ã les reconnaÃ®tre, Ã les rÃ©colter, Ã les cuisiner.
â€¢ **130 recettes originales**, crÃ©Ã©es et testÃ©es par FranÃ§ois Couplan, pour vous faire plaisir et Ã©pater vos amis ! Beignets de pousses dâ€™armoise, boutons de pÃ¢querettes au vinaigre, mousse de fleurs de primevÃ¨res, tartines dâ€™alliaire Ã lâ€™ortie, flamiche au poireau sauvage.

DÃ©couvrez de nouvelles saveurs !

default watermark

La rÃ©fÃ©rence incontournable !

FranÃ§ois Couplan, **ethnobotaniste de rÃ©putation internationale, Å“uvre depuis prÃ¨s de 50 ans pour faire connaÃ®tre les plantes sauvages du monde et leurs utilisations alimentaires auprÃ¨s du public et des restaurateurs.**

Sa collaboration **avec le chef Ã©toilÃ© Marc Veyrat** a inspirÃ© toute une gÃ©nÃ©ration de cuisiniers.

Ce livre Â« bible Â» rÃ©sume sa philosophie et fait la synthÃ¨se de toutes ses dÃ©couvertes.

Marc Veyrat est un **chef cuisinier franÃ§ais** mondialement connu par plusieurs guides gastronomiques. Il a obtenu **trois Ã©toiles au Guide Michelin par trois fois**, et **obtenu le score maximum de 20/20 par deux fois au Gault et Millau.**

Categorie

1. documents
2. livre
3. SRHGx

Tags

1. comestible
2. plantes sauvages
3. recettes

date crÃ©Ã©e
2 aoÃ»t 2023
Auteur

cblancke

default watermark