

Pouvoirs & bienfaits des racines des plantes sauvages et potagÃ¨res

Description

default watermark

â?? Pommades, teintures, infusions, vins, fumigations

DETTO Simone

FÃ©vrier 2025 19,90â?¬

Ã?ditions : Ulmer ISBN-10 : 2379223971



Pour grandir, passer lâ??hiver et redÃ©marrer au printemps, les plantes absorbent par les racines les meilleurs nutriments. Simone Detto, herboriste, nous fait redÃ©couvrir toutes les utilisations et les vertus thÃ©rapeutiques des racines des plantes sauvages et potagÃ¨res, concentrÃ©s de bienfaits pour notre bien-Ãªtre. Ces prÃ©cieux garde-manger deviennent nos meilleurs alliÃ©s-santÃ©.

Infusion de benoÃ®te commune, pommade de grande consoude, cataplasme de raifort, sel de cerfeuil des Alpes, cafÃ© de racines de pissenlit, gratin de chervis, lÃ©gumes-racines rÃ´tisâ?¦dÃ©couvrez les pouvoirs et les bienfaits des racines, ces concentrÃ©s de nutriments et de sels minÃ©raux que les plantes utilisent pour grandir, passer lâ??hiver et redÃ©marrer au printemps. Simone Detto, herboriste, nous fait redÃ©couvrir tous les usages, les vertus thÃ©rapeutiques et les saveurs oubliÃ©es des racines des plantes sauvages et potagÃ¨res : les rÃ©colter sans risque de confusion, les stocker fraÃ®ches ou sÃ¨ches, les prÃ©parer en infusion, huile, pommade et les cuisiner dans de savoureuses recettes vÃ©gÃ©tariennes. Ces prÃ©cieux Â» garde-manger Â» deviennent nos meilleurs alliÃ©s-santÃ©.

NÃ©e au pied des montagnes du massif du Harz au centre de lâ??Allemagne, **Simone Detto** a dÃ©veloppÃ© trÃ¨s tÃ´t un intÃ©rÃªt pour la nature. Son pÃ¨re lui a appris non seulement Ã reconnaÃ®tre les plantes, mais aussi Ã respecter lâ??environnement. AprÃ¨s avoir suivi une formation en phytothÃ©rapie, en naturopathie et en art de la distillation, elle crÃ©e en 2000 son Ã©cole dâ??herboristerie.

default watermark

Categorie

1. documents
2. livre
3. SRHGx

Tags

1. plantes
2. plantes potagÃ¨res
3. plantes sauvages
4. racines

date crÃ©Ã©e
25 juin 2025
Auteur
cblancke