

Pouvoirs & bienfaits des racines des plantes sauvages et potagà res

Description

Simone DETTO

Février 2025 19,90 â,¬

default watermark Éditions: Ulmer ISBN: 2379223971



Pour grandir, passer l'hiver et redémarrer au printemps, les plantes absorbent par les racines les meilleurs nutriments.

Simone Detto, herboriste, nous fait redécouvrir toutes les utilisations et les vertus thérapeutiques des racines des plantes sauvages et potagÃ"res, concentrés de bienfaits pour notre bien-être. Ces précieux garde-manger deviennent nos meilleurs alliés-santé.

Infusion de benoîte commune, pommade de grande consoude, cataplasme de raifort, sel de cerfeuil des Alpes, café de racines de pissenlit, gratin de chervis, Iégumes-racines rÃ′tis…découvrez les pouvoirs et les bienfaits des racines, ces concentrés de nutriments et de sels minéraux que les plantes utilisent pour grandir, passer l'hiver et redémarrer au printemps. Simone Detto, herboriste, nous fait redécouvrir tous les usages, les vertus thérapeutiques et les saveurs oubliées des racines des plantes sauvages et potagÃ"res : les récolter sans risque de confusion, les stocker fraîches ou sÃ"ches, les préparer en infusion, huile, pommade et les cuisiner dans de savoureuses recettes végétariennes. Ces précieux » garde-manger » deviennent nos meilleurs alliés-santé.

Categorie

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

Tags

- 1. bienfaits
- 2. plantes sauvages
- 3. santé

date créée 4 avril 2025 Auteur cblancke

