

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

Description

default watermark

Simone DETTO

FÃ©vrier 2025 19,90 â?¬

Ã?ditions : Ulmer ISBN : 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©.

Categorie

1. documents
2. livre
3. SRHGx

default watermark

Tags

1. bienfaits
2. plantes sauvages
3. santÃ©

date crÃ©Ã©e
4 avril 2025
Auteur
cblancke