



## **De la cueillette à l'assiette : Salades et fleurs sauvages, 120 recettes faciles et savoureuses**

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# De la cueillette à l'assiette : Salades et fleurs sauvages, 120 recettes faciles et savoureuses

*Philippe Rivault, Catherine Charmetant*

**De la cueillette à l'assiette : Salades et fleurs sauvages, 120 recettes faciles et savoureuses** Philippe Rivault, Catherine Charmetant

 [Télécharger De la cueillette à l'assiette : Salades et f ...pdf](#)

 [Lire en ligne De la cueillette à l'assiette : Salades et ...pdf](#)

**Téléchargez et lisez en ligne De la cueillette à l'assiette : Salades et fleurs sauvages, 120 recettes faciles et savoureuses Philippe Rivault, Catherine Charmetant**

---

189 pages

Présentation de l'éditeur

Ce livre est une invitation à faire de la nature votre compagne, à vous émerveiller de son abondance et à découvrir sa bienveillance. De nombreuses plantes sont approchées, nous révélant leur identité, leurs caractéristiques, leur habitat, leur saison privilégiée afin que, tout au long de l'année, vous puissiez les cueillir en toute confiance. Les plantes sauvages comestibles sont naturellement équilibrées pour l'homme auquel elles apportent de nombreux éléments nutritifs (vitamines, protéines, minéraux...) ainsi que le ravissement des yeux et du palais. De nombreuses recettes faciles et savoureuses sont présentées pour vous permettre d'apprécier le meilleur des salades, herbes à cuire ou fleurs sauvages comestibles, et de vous familiariser avec elles, les laissant inspirer votre créativité culinaire. Biographie de l'auteur

À 15 ans, Catherine Charmetant entre en pharmacie. Elle découvre ainsi le monde des plantes et leurs multiples propriétés, utilisées à cette époque par les médecins. Parallèlement à son poste de préparatrice en pharmacie, elle se passionne pour la phytothérapie, l'aromathérapie et la médecine chinoise. Depuis quelques années, elle anime des ateliers de plantes sauvages où elle propose leur découverte, cueillette et dégustation. Tout jeune, Philippe Rivault cueille les salades sauvages avec sa grand-mère. Après ses études, il se forme à la médecine naturelle auprès d'un herboriste. En 1974, il met en place une ferme bio et parcourt la France à la recherche de plantes médicinales et aromatiques. S'intéressant également à la médecine ayurvédique, au yoga et à la cuisine végétarienne, il donne des conférences et anime des séminaires.

Download and Read Online De la cueillette à l'assiette : Salades et fleurs sauvages, 120 recettes faciles et savoureuses Philippe Rivault, Catherine Charmetant #H38PMIEKNW5

Lire De la cueillette à l'assiette : Salades et fleurs sauvages, 120 recettes faciles et savoureuses par Philippe Rivault, Catherine Charmetant pour ebook en ligneDe la cueillette à l'assiette : Salades et fleurs sauvages, 120 recettes faciles et savoureuses par Philippe Rivault, Catherine Charmetant Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres De la cueillette à l'assiette : Salades et fleurs sauvages, 120 recettes faciles et savoureuses par Philippe Rivault, Catherine Charmetant à lire en ligne.Online De la cueillette à l'assiette : Salades et fleurs sauvages, 120 recettes faciles et savoureuses par Philippe Rivault, Catherine Charmetant ebook Téléchargement PDFDe la cueillette à l'assiette : Salades et fleurs sauvages, 120 recettes faciles et savoureuses par Philippe Rivault, Catherine Charmetant DocDe la cueillette à l'assiette : Salades et fleurs sauvages, 120 recettes faciles et savoureuses par Philippe Rivault, Catherine Charmetant MobipocketDe la cueillette à l'assiette : Salades et fleurs sauvages, 120 recettes faciles et savoureuses par Philippe Rivault, Catherine Charmetant EPub  
**H38PMIEKNW5H38PMIEKNW5H38PMIEKNW5**