

Gourmandises

Sauvages

Pour renouer avec
l'abondance de la Nature !

Se former aux Plantes Sauvages Comestibles

 Pour débuter

Sauvages & Comestibles

écrit par Marie Claude PAUME chez Edisud

Livre avec lequel j'ai débuté en 2005. Une bonne dizaine d'autres ont été édités depuis.

C'est un livre tout en un de 113 Plantes

Reconnaître facilement les plantes par l'odorat le goût & le toucher

écrit par François COUPLAN chez Delachaux & Niestlé

Livre intéressant & unique qui vous propose d'utiliser ses sens pour apprendre à reconnaître une plante. Attention ce ne sont pas uniquement des Plantes Sauvages Comestibles il y en a aussi des toxiques.

 Pour se former

Le régal végétal

de François COUPLAN chez Sang de la Terre

Encyclopédie répertoriant les Plantes Sauvages Comestibles et toxiques en Europe & les plats préparés avec indispensable pour toute personne qui souhaite vraiment connaître les Plantes Sauvages Comestibles

Guide des Plantes Sauvages Comestibles & toxiques

De François COUPLAN & Eva STYNER chez Delachaux & Niestlé

Deuxième livre indispensable et incontournable une Flore (description des plantes) de 200 plantes les plus abondantes en Europe. Avec les descriptions détaillées qui permettent de distinguer les plantes entre elles.

Dictionnaire de Botanique

de Bernard BOULLARD chez Ellipses

Troisième livre indispensable pour traduire les noms botaniques utilisés dans les précédents livres.

L'Album des plantes et des fleurs

De François COUPLAN & Yves DOUX chez Delachaux & Niestlé

L'identification des familles botaniques. Indispensable si vous souhaitez étendre considérablement le nombre des plantes que vous connaissez.

Guide nutritionnel des Plantes Sauvages et Cultivés

De François COUPLAN chez Delachaux & Niestlé

Si vous avez envie de connaître la richesse que renferme les Plantes Sauvages Comestibles. Découvertes incroyables assurées.

Sauvages & Toxiques – Plantes des bois, des prés et des jardins

De Marie-Claude PAUME chez Edisud

Pour avoir les photos de ce 4% de Plantes Toxiques dans la Nature.

