



Légumes d'ailleurs et d'autrefois



Télécharger



Lire En Ligne

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

Légumes d'ailleurs et d'autrefois

Jean-Marie Pelt, Franck Steffan

Légumes d'ailleurs et d'autrefois Jean-Marie Pelt, Franck Steffan

 [Télécharger Légumes d'ailleurs et d'autrefois ...pdf](#)

 [Lire en ligne Légumes d'ailleurs et d'autrefois ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne Légumes d'ailleurs et d'autrefois Jean-Marie Pelt, Franck Steffan

242 pages

Présentation de l'éditeur

Un livre sur les légumes ! Certes, mais pas n'importe lesquels : les légumes d'autrefois, ceux de nos grands-parents, dont on retrouve avec délectation les saveurs presque oubliées ; les légumes venus d'ailleurs, dont on découvre les saveurs exotiques parfois inattendues. Fini les légumes punition pour les enfants à table, les légumes sont de retour et ils sont appréciés, car ils sont bons ! De la patate douce à l'igname, du manioc à l'épeautre, du chou chinois au topinambour en passant par le quinoa, la lentille, l'oca du Pérou, la stévia, la roquette, la spiruline et bien d'autres encore, Jean-Marie Pelt nous invite à une plongée dans le passé de nos nourritures terrestres et à un voyage autour du monde. Il insiste particulièrement sur leurs qualités nutritionnelles et gustatives, sans oublier leurs vertus médicales, intégrant les connaissances les plus récentes en ce domaine, car il y a beaucoup de nouvelles données scientifiques sur les légumes, justifiant pleinement la fameuse règle des « cinq fruits et légumes par jour ». Mêlant son savoir de botaniste à ses qualités de conteur, Jean-Marie Pelt nous raconte ici la merveilleuse aventure de ces légumes d'ailleurs et d'autrefois. Biographie de l'auteur

Président de l'Institut européen d'écologie, Jean-Marie Pelt fut un botaniste-écologiste qu'on ne présente plus. Écologiste, il l'a été bien avant l'heure et il s'est fait connaître par ses nombreux ouvrages dont les plus récents chez Fayard sont : *La Terre en héritage* (2000, 2003), *Les Nouveaux Remèdes naturels* (2001, 2003), *L'Avenir droit dans les yeux* (2003), *Le Nouveau Tour du monde d'un écologiste* (2005), *C'est vert et ça marche !* (2007), *Nature et Spiritualité* (2008), *La Raison du plus faible*, *Le monde a-t-il un sens* (2014, co-écrit avec Pierre Rabhi). Disparu en 2015, il laisse derrière lui une soixantaine d'ouvrages.

Download and Read Online Légumes d'ailleurs et d'autrefois Jean-Marie Pelt, Franck Steffan

#94EWPNC1R7H

Lire Légumes d'ailleurs et d'autrefois par Jean-Marie Pelt, Franck Steffan pour ebook en ligneLégumes d'ailleurs et d'autrefois par Jean-Marie Pelt, Franck Steffan 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 Légumes d'ailleurs et d'autrefois par Jean-Marie Pelt, Franck Steffan à lire en ligne.Online Légumes d'ailleurs et d'autrefois par Jean-Marie Pelt, Franck Steffan ebook Téléchargement PDFLégumes d'ailleurs et d'autrefois par Jean-Marie Pelt, Franck Steffan DocLégumes d'ailleurs et d'autrefois par Jean-Marie Pelt, Franck Steffan MobipocketLégumes d'ailleurs et d'autrefois par Jean-Marie Pelt, Franck Steffan EPub

94EWPNC1R7H94EWPNC1R7H94EWPNC1R7H