

François Couplan, Eva Styner

# Guide des plantes sauvages comestibles et toxiques



047010

François Couplan, Eva Styner

AGR 189

047010  
②

# Guide des plantes sauvages comestibles et toxiques



047010

## SOMMAIRE

Préface .....	7
Introduction .....	8
Plantes sauvages comestibles .....	15
Planches:	
<i>Plantes sauvages comestibles</i> .....	207
<i>Plantes sauvages toxiques</i> .....	298
Plantes sauvages toxiques .....	337
Glossaire .....	408
Bibliographie .....	411
Index des noms latins .....	412
Index des noms français .....	414

# Un guide de référence. De nouvelles saveurs pour composer des repas naturels et sains.

François Couplan est ethnobotaniste, Docteur ès Sciences et diplômé de l'École pratique des Hautes Études, il enseigne les diverses utilisations des plantes sous forme de stages pratiques depuis 1975. Il se consacre actuellement à des travaux sur l'alimentation végétale au Paléolithique et à la mise en valeur des plantes oubliées auprès des restaurateurs et du public.

Eva Styner est diplômée en botanique. Elle a parallèlement suivi des cours de dessin scientifique et de gravure.

Depuis 1986, spécialisée dans l'illustration, elle travaille pour l'édition ou pour des expositions scientifiques, tant en Suisse qu'en France.

- Cet ouvrage réunit 200 plantes comestibles et 80 végétaux toxiques. Toutes ces espèces figurent sur les 64 planches couleurs.
- Description très précise de chacune des plantes, accompagnée des caractéristiques qui permettent l'identification.
- Propriétés nutritives et médicinales, parties des végétaux à utiliser, meilleure période de récolte, etc.
- De nombreux tableaux de comparaison pour éviter les confusions.

Chez le même éditeur :



38,00 € TTC (prix France)  
ISBN : 978-2-603-01681-7

[www.lamartinieregroupe.com](http://www.lamartinieregroupe.com)  
Retrouvez toutes nos parutions sur le site internet  
[www.delachauxetniestlé.com](http://www.delachauxetniestlé.com)



LES GUIDES DU NATURALISTE

delachaux  
et niestlé