

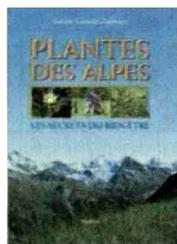


Terre & Nature SA
1003 Lausanne
021/ 349 40 72
www.terrenature.ch

Genre de média: Médias imprimés
Type de média: Presse spécialisée
Tirage: 22'364
Parution: hebdomadaire

N° de thème: 844.003
N° d'abonnement: 844003
Page: 24
Surface: 6'528 mm²

Le bien-être est dans le pré



Voici des recettes simples à préparer à base de plantes des jardins et sauvages que l'auteure anniviarde Josette Ganiot-Zufferey a héritées de ses aïeules. Ces dernières ont créé, au fil du temps, leur propre pharmacie avec les plantes de montagne, de l'alcool de pépins et des huiles végétales et animales.

Outre les propriétés de chaque plante, on découvre comment soigner une fièvre grâce à une décoction d'écorce de frêne ou fabriquer du savon avec des grains de café pilés. Plus simple qu'il n'y paraît!

Plantes des Alpes – Les secrets du bien-être, Josette Ganiot-Zufferey, Editions Slatkine, 232 pages, 32 fr.

On a bien aimé Livre riche en informations, extrêmement complet!

On a moins aimé Le manque d'illustrations.