



**Manger sauvage !**



**Télécharger**



**Lire En Ligne**

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

# Manger sauvage !

*Richard Mabey*

**Manger sauvage !** Richard Mabey

 [Télécharger Manger sauvage ! ...pdf](#)

 [Lire en ligne Manger sauvage ! ...pdf](#)

448 pages

Extrait

Cueillettes et récoltes gourmandes au fil des mois et des saisons

On oublie facilement, devant le rayon des fruits et légumes du supermarché, que tous ces aliments ont pour ancêtres des plantes sauvages. Ce que nous achetons et mangeons quotidiennement n'est rien de plus que le résultat du patient travail de sélection des meilleures variétés opérées par des générations de paysans. Saison après saison, nos ancêtres ont primé au fil des siècles les variétés les plus grosses et celles qui se récoltaient le mieux. Certains en améliorèrent le goût et la texture, mais ces qualités étaient versatiles, dépendantes des usages et des modes. On se pencha par la suite sur la couleur et la forme des légumes. Plus récemment, les sélectionneurs ont travaillé sur des plantes génétiquement modifiées. Ce qui pose des questions en termes de santé humaine, tout comme les méthodes de culture intensive des agriculteurs. Aussi, si l'amélioration des plantes a donné des fruits et légumes sans saveur mais faciles à récolter et à éplucher, il nous reste tout de même, si l'on sait les chercher, des plantes aux racines contournées, aux feuilles compliquées mais aux goûts authentiques.

Nous nous sommes habitués aux fruits et légumes parfaitement calibrés et qui s'emballent facilement. Nous avons désormais une certaine méfiance à nous aventurer dans les bois, les prés, les zones rocailleuses, les marais pour aller ramasser des herbes sauvages. Ce sont pourtant dans ces endroits que l'on trouve leurs ancêtres. Les choux sauvages poussent le long de nos côtes, tout comme l'ancêtre du céleri. Les panais sauvages sont presque partout. Historiquement, ces plantes ont été d'une grande utilité lors des périodes de disette, mais nous avons peu à peu perdu les savoirs qui s'y rapportaient. Cet ouvrage parle de ces plantes, de la manière dont elles étaient utilisées. Il nous fait redécouvrir comment l'on peut de nouveau s'en servir. Ce livre est pratique avant tout, mais ce serait faux de prétendre que des raisons économiques pressantes guident ce retour vers une économie de subsistance à base de cueillettes sauvages. Il vous faudrait devenir un cueilleur-glaneur à plein-temps pour vivre uniquement des plantes sauvages. Et ces plantes étant faciles à cultiver, cela ne vaut même pas la peine d'essayer ! Ces fruits et légumes sauvages ne sont pas plus sains et plus nutritifs que leurs cousins cultivés (bien que quelques-uns le soient et que la plupart sont indemnes de pesticides).

Alors, pourquoi s'embêter ? Pourquoi ne pas laisser ces plantes sauvages aux oiseaux et aux limaces ? Mes seuls arguments, j'en ai bien peur, sont ma gourmandise et ma curiosité personnelle, le plaisir de l'expérience, et même, à un moindre degré, le frisson de l'aventure ! L'histoire des nourritures sauvages est immensément intéressante. Et ceux qui, même en rêve, ne peuvent s'imaginer chercher leur repas dans la mousse humide d'un sous-bois seraient impressionnés par les capacités de leurs ancêtres, à trouver leur pitance. Mais ceux qui sont prêts à tenter l'aventure vont trouver de substantielles récompenses. Ils vont découvrir des goûts et des textures pour le moins surprenants. Ils vont réaliser à quel point la production agricole intensive a modifié notre expérience du goût. Des parfums et des arômes puissants et étonnants, insoupçonnables, ont été préservés, intacts, dans les fruits et légumes sauvages : des baies acidulées ou au goût de fumé, des champignons pleins d'arômes et des plantes de bord de mer croustillantes ou charnues à souhait.

On pourrait poursuivre sans fin l'éloge des cueillettes sauvages : certaines sont de vraies gourmandises, la plupart se trouvent encore en abondance, et toutes sont gratuites. Elles n'ont pas besoin des soins qu'exigent les plantes cultivées et les avoir trouvées soi-même les rend encore plus précieuses. Je dirais que ce dernier point est peut-être le plus important. Cultiver son potager est un plaisir patient et mesuré. Rien à voir avec l'excitation que l'on éprouve quand on trouve un banc de coques, quand on tombe sur une touffe de cerfeuil musqué ou quand on découvre un bosquet de «bois-sent-bon», le myrte des marais, en se laissant juste guider par le parfum aromatique des feuilles.

(...) Présentation de l'éditeur

L'ouvrage est divisé en 5 parties qui correspondent, chacune, **aux grandes familles des plantes comestibles** : arbres et arbustes, plantes et herbes, champignons et lichens, algues et coquillages.

Pour chacune des **230 glanes, récoltes ou cueillettes**, une fiche précise les lieux et dates de récolte, l'histoire botanique, donne des conseils pratiques sur la récolte dans la nature et comment conserver, cuisiner... **avec les recettes correspondantes** de plats, liqueurs, boissons.

Download and Read Online Manger sauvage ! Richard Mabey #QDLWGRIN3HZ

Lire Manger sauvage ! par Richard Mabey pour ebook en ligneManger sauvage ! par Richard Mabey  
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 Manger sauvage ! par Richard Mabey à lire en ligne.Online Manger sauvage ! par Richard Mabey  
ebook Téléchargement PDFManger sauvage ! par Richard Mabey DocManger sauvage ! par Richard Mabey  
MobipocketManger sauvage ! par Richard Mabey EPub  
**QDLWGRIN3HZQDLWGRIN3HZQDLWGRIN3HZ**