



Parution 07/04/2025

Cuisiner le jardin-forêt

Découvrir et déguster les produits
des forêts alimentaires en 80 recettes

Fabrice Desjours & Claire Mauquié

Le livre

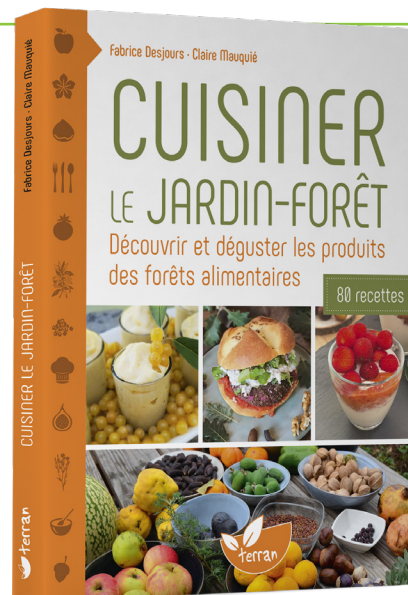
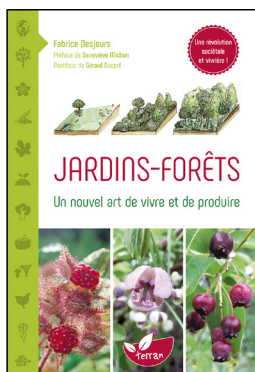
Par la diversité des productions qu'ils permettent d'obtenir, les jardins-forêts apportent une réponse remarquable aux **enjeux alimentaires actuels** à l'échelle d'un jardin, d'un village, d'un paysage, d'un quartier.

Fidèles au travail pionnier de La Forêt gourmande en faveur de la reforestation nourricière, Fabrice Desjours et Claire Mauquié vous entraînent dans une formidable aventure culinaire : celle de la cuisine des « forestibles », ces surprenants **produits issus de tous les étages de la forêt alimentaire**.

De l'entrée au dessert, en passant par les boissons, les **80 recettes inédites** de ce livre mettent à l'honneur plus de 100 ressources comestibles sauvages, inconnues ou rares sous toutes les formes. Fruits, fleurs, feuilles, racines, tubercules et graines permettent de **manger simplement, autrement, plaisamment**, prouvant s'il le fallait que la nourriture de forêt jardinée est un nouveau continent gustatif à explorer.

Couleurs, senteurs, saveurs fleurissent alors par milliers, inspirées des cuisines du monde, apportant joie et satiété. La gourmandise en deviendrait presque une vertu, protégeant le vivant en ravissant le palais !

À découvrir également :



77081 - 17 x 22 cm - 288 pages - 9782359811971 - 24 €

Les points forts

- Tout sur la cuisine des «forestibles» !
- 80 recettes - et plus de 100 petites fiches plantes - pour découvrir et cuisiner les produits issus des jardins-forêts.
- Mise en avant d'ingrédients totalement nouveaux, produits dans des espaces boisés.
- La chaîne Youtube de l'auteur : [@ForetGourmande](https://www.youtube.com/@ForetGourmande)

Les auteurs

Créateur de La Forêt gourmande, **Fabrice Desjours** déploie le concept des forêts comestibles à l'échelle nationale avec son réseau. Auteur, conférencier, interlocuteur d'instances scientifiques, il est surtout libre explorateur de l'*hortus*, de la conception des jardins boisés jusqu'aux repas associés. Il réside en Saône-et-Loire (77).

Formatrice exploratrice et alchimiste des forestibles, **Claire Mauquié** est spécialiste des forêts comestibles sur l'espace public et créatrice culinaire. Après avoir développé le concept de jardins-forêts communaux en Asie tropicale, elle se consacre aujourd'hui à leurs équivalents en climat tempéré. Elle est aussi autrice et conférencière. Elle réside dans le Lot (46).

Contact presse

Florence Vaillant 05 81 91 31 36 – f.vaillant@piktos.fr