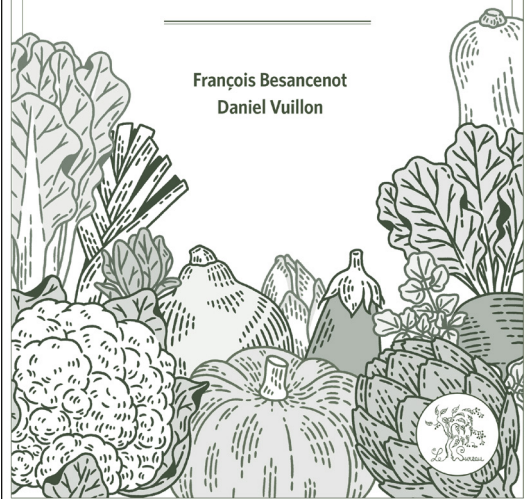


Légumes des terroirs

histoire, vertus &
mode d'emploi

François Besancenot
Daniel Vuillon



Chaque légume est une histoire originale, des cultures variées, des usages culinaires ou médicaux, des préparations multiples – et des saveurs !

Souvent traitées séparément, toutes ces facettes des légumes se trouvent ici réunies dans un ouvrage qui donnent les clés nécessaires pour comprendre d'où viennent les légumes, leurs variétés, leurs bienfaits nutritionnels et culinaires mais aussi pour apprendre à les choisir afin d'en conserver toutes les vertus, du terroir à l'assiette ! Exemples à l'appui : soixante recettes originales et commentées ouvrent des pistes pour une consommation optimale des légumes – l'alliance de la santé et du palais !

Légumes des terroirs est issu de la collaboration de deux passionnés de l'histoire, de la culture et du meilleur usage des légumes.

Un ouvrage coécrit par François Besancenot et Daniel Vuillon, fondateur des AMAP (Association pour le Maintien de l'Agriculture Paysanne).

Légumes des terroirs

histoire, vertus &
mode d'emploi

Éditeur

Le Sureau

Sortie

12 avril 2023

Auteurs

François Besancenot

Daniel Vuillon

Informations
techniques

16 x 23 cm, 264 pages

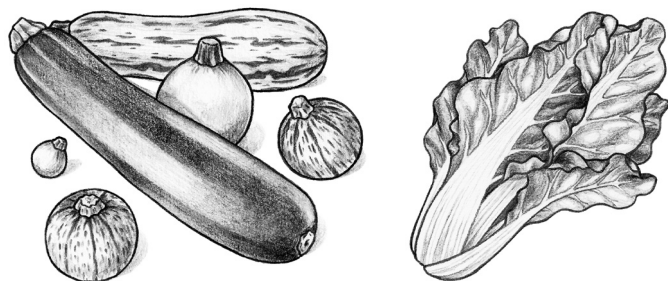
Ouvrage illustré, N&B

ISBN

978-2-36402-204-1

Prix

19,50 euros



BON DE COMMANDE

Commande possible sur notre site
ou directement par chèque à cette adresse :

ADVERBUM,
Place Gavotte,
05000 Gap

Nom, prénom

Adresse

Code postal et ville

Téléphone (si possible)

Quantité	Prix de souscription (valable jusqu'au 11/04/23)	Total
	10 € (au lieu de 19,50 €)	

Légumes des terroirs



Les auteurs

François Besancenot

Après un doctorat de géographie à l'École normale supérieure de Lyon, **François Besancenot** a enseigné la géographie environnementale, la biogéographie et l'éducation au développement durable. Il s'est ensuite consacré à l'élaboration d'outils pédagogiques sur l'écologie au service de l'Éducation nationale, puis à la gestion environnementale et agricole des territoires (Parc naturel régional de Chartreuse). Après avoir passé un CAP cuisine, il fonde, avec un collègue issu de la viticulture, l'association Santé-Goût-Terroir, qui vise à éduquer à l'alimentation durable, par le biais de l'éveil des sens et des produits de qualité.



Daniel Vuillon

Daniel Vuillon, fondateur des AMAP : fils d'agriculteur, Daniel Vuillon, après des études d'agronomie, s'engage dans le maraîchage. Passionné de biodiversité, il développe une production innovante de fruits, légumes et aromatiques, dont une partie sera commercialisée auprès de grands chefs attirés par la qualité gustative de ses produits. Depuis 2003, ses pratiques agricoles sont biologiques. Aux États-Unis, il découvre les Community Support Agriculture. Avec sa femme Denise, en 2001, ils introduisent ce concept dans leur ferme sous le nom d'Amap (Association pour le Maintien de l'Agriculture Paysanne). Daniel et Denise accompagnent dans toute la France cette alternative économique qui va sauver tant de petites fermes. Vingt-deux ans après, en France, 15 000 producteurs en Amap participent à nourrir six millions de consommateurs.

