



Livre

**Auteur(s)** : Toussaint, Murielle (Auteur)

**Titre(s)** : D'ici ou d'ailleurs, les épices qui guérissent : 1001 astuces et recettes pour profiter des multiples vertus des épices / Murielle Toussaint.

**Résumé** : Acné, conjonctivite, fièvre, hypertension, mal des transports... Et si la solution à vos maux du quotidien se trouvait dans votre cuisine ? De "Ajowan" à "Thym", Murielle Toussaint passe en revue toutes les épices que nous avons dans la cuisine en indiquant leur histoire et leurs propriétés thérapeutiques, mais aussi leur usage en médecine traditionnelle... avec 170 recettes dans lesquelles les incorporer afin d'optimiser leurs effets. Votre cuisine est une véritable pharmacie ! Découvrez dans ce livre : Comment soigner les aphtes avec le basilic, les nausées avec la cannelle, le dos avec le piment de Cayenne, la conjonctivite avec le cerfeuil ou la coriandre, le psoriasis avec le curcuma... 40 épices et leurs bienfaits : l'ail, le cerfeuil, le curcuma, le laurier, le gingembre, le persil, la sauge... Mille et une astuces, des remèdes et de nombreuses recettes pour mettre à profit les qualités des épices et faire de votre cuisine une véritable pharmacie familiale.

**Notes** : Bibliogr. p. 263-264. Glossaire. Index. - L'ouvrage porte l'ISSN 2427-7150.

**Sujet(s)** : Epices : Emploi en thérapeutique Cuisine (épices)

**Indice(s)** : 641.3

**Collation** : 1 vol. (266 p.). ill.. 18 cm



## Exemplaires

Support	Bib. actuelle	Section	Localisation	Situation	Cote	Date retour	Code barre
Livre	Neufchâteau	Adultes	documentaire	En rayon	641.3 TOU		088120003552 06