CUEILLETTE ET CUISINE DE PLANTES SAUVAGES

Les soupes et les salades

CAUE 95

Fraternité Saint-Jean
Ferme de Brécourt

Situé dans la vallée du Sausseron, le domaine de Brécourt est un ancien parc arboré d'une vingtaine d'hectares, devenu aujourd'hui un espace naturel qui présente un intérêt écologique.
Il est composé de milieux bien différenciés : milieux humides, bois, prairies, friches, étangs, rivière...),
Les zones humides, en grande partie asséchées par la culture de peupliers, ont été réhabilitées en zones naturelles d'expansion des crues.

Une architecture éclectique (pavillon, serre,...) peut être découverte tout au long d'un parcours sillonnant ce parc.

Le parc forme un écrin vert autour de la Grande Maison. Des arbres remarquables jalonnent le chemin principal.

La Fraternité Saint-Jean a acquis le domaine en 1997. Une cinquantaine de jeunes participent à des activités d'apprentissage de la vie quotidienne comme le jardinage, les travaux de la ferme ou la rénovation de bâtiments. Le centre héberge également les Compagnons du devoir et le centre de loisirs «Les Petits Loups».
La Fraternité Saint-Jean souhaite accueillir un large public et faire découvrir la qualité paysagère, écologique du lieu par des activités ludiques, mais aussi valoriser le travail des jeunes qui produisent chaque semaine des paniers de légumes ou font découvrir leur cuisine à la Table Auberge.

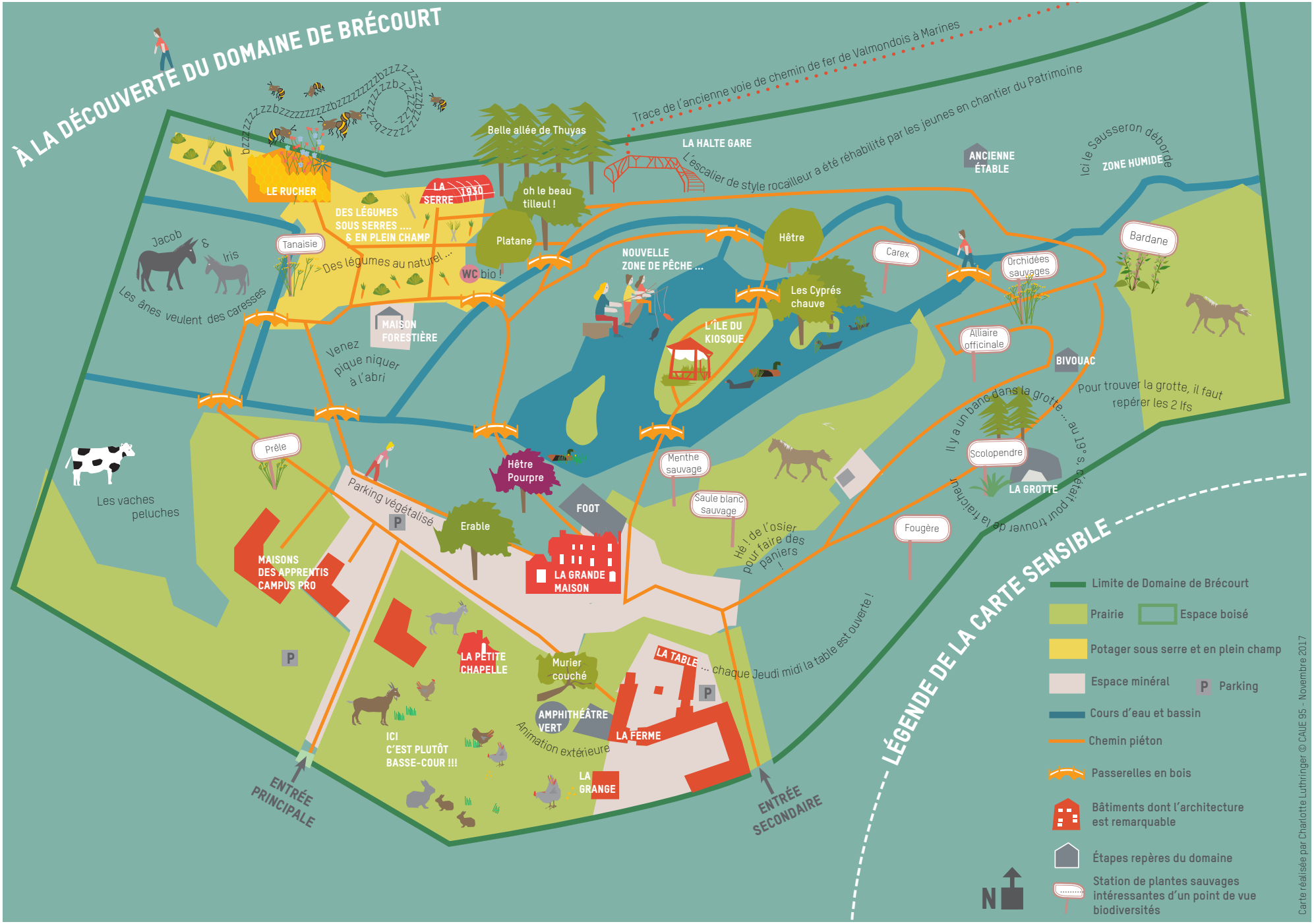
Cette manifestation «Cueillette et cuisine de plantes sauvages» à Brécourt, est née d'un partenariat entre la Fraternité Saint-Jean et le CAUE du Val d'Oise, en 2018. Deux journées par an sont organisées, une au printemps, une en automne, en présence d'Olivier Tranchard, botaniste et naturaliste.

Ces journées sont chaque fois l'occasion pour les participants, de découvrir ou re découvrir le parc et l'architecture du domaine, s'immerger dans la nature tout en apprenant à reconnaître les plantes sauvages comestibles et toxiques, ainsi que celles qui sont rares et protégées et qui doivent juste être observées dans leur milieu.
Les ateliers - cuisine se déroulent en équipes. Chaque équipe a pour mission d'inventer une ou plusieurs recettes.
En fin de journée, un buffet est dressé avec l'ensemble des plats qui ont été préparés et c'est autour d'un verre de l'amitié que chacun se régale en révélant les recettes élaborées collectivement et les petites astuces qui ont été testées avec les conseils d'Olivier, l'une pour donner une saveur particulière, l'autre pour l'association des couleurs, des plantes ou des textures etc. Les recettes sélectionnées sont très simples à élaborer, elles représentent la diversité et la richesse créative des participants.

Organisation des journées : Christiane Walter, éco-conseillère au CAUE 95; Laeticia Joseph, technicienne agricole, coordonitrice, Ferme de Brécourt, Fraternité Saint-Jean

Intervenant : Olivier Tranchard, botaniste, Le jardin du Naturaliste

Photos : C.Walter CAUE 95


À LA DÉCOUVERTE DU DOMAINE DE BRÉCOURT
Trace de l'ancienne voie de chemin de fer de Valmondois à Marines
L'escalier de style rocailleur a été réhabilité par les jeunes en chantier du Patrimoine
Ici le Sausseron déborde
ZONE HUMIDE
ANCIENNE ÉTABLE
LA HALTE GARE
Belle allée de Thuyas
oh le beau tilleul !
LE RUCHER
LA SERRE 1930
DES LÉGUMES SOUS SERRES .... & EN PLEIN CHAMP
Des légumes au naturel ...
WC bio !
MAISON FORESTIÈRE
Platane
NOUVELLE ZONE DE PÊCHE ...
Hêtre
Les Cyprés chauve
L'ÎLE DU KIOSQUE
Jacob & Iris
Les ânes veulent des caresses
Tanaisie
Carex
Orchidées sauvages
Bardane
Alliaire officinale
BIVOUAC
Pour trouver la grotte, il faut repérer les 2 Ifs
Il y a un banc dans la grotte ... au 19e s. c'était pour trouver de la fraîcheur
Scolopendre
LA GROTTE
Fougère
Prêle
Les vaches peluches
Parking végétalisé
Hêtre Pourpre
Menthe sauvage
Saule blanc sauvage
Hé ! de l'osier pour faire des paniers !
Erable
FOOT
LA GRANDE MAISON
MAISONS DES APPRENTIS CAMPUS PRO
LA PETITE CHAPELLE
Murier couché
LA TABLE
... chaque Jeudi midi la table est ouverte !
AMPHITHÉÂTRE VERT
Animation extérieure
LA FERME
ICI C'EST PLUTÔT BASSE-COUR !!!
LA GRANGE
ENTRÉE PRINCIPALE
ENTRÉE SECONDAIRE
LÉGENDE DE LA CARTE SENSIBLE
Limite de Domaine de Brécourt
Prairie
Espace boisé
Potager sous serre et en plein champ
Espace minéral
P Parking
Cours d'eau et bassin
Chemin piéton
Passerelles en bois
Bâtiments dont l'architecture est remarquable
Étapes repères du domaine
Station de plantes sauvages intéressantes d'un point de vue biodiversités
N
Carte réalisée par Charlotte Luthringer © CAUE 95 - Novembre 2017

Les organisateurs

Christiane Walter, éco-conseillère au CAUE du Val d'Oise

Laetitia Joseph, technicienne agricole, coordonatrice, Ferme de Brécourt

Manon Arranz, maîtresse de maison, Ferme de Brécourt

L'intervenant

Olivier Tranchard, botaniste, naturaliste, pépiniériste, Le jardin du Naturaliste.

Soupes et salades de printemps

Soupe aux herbes folles

Soupe aux herbes sauvages

Soupe à la berce et alliaire

Soupe oseile, cardamine, pissenlit, épiaire

Soupe d'ortie, cirse, consoude au raifort

Salade de pissenlit à la benoîte

Salade de mâche à la ciboulette

Salade de plantes sauvages et plantes du jardin

Soupe aux herbes folles

Plantes sauvages

- Lamier blanc (3 poignées)
- Alliaire (3 poignées)
- Ortie (5 poignées)
- Grande berce (3 poignées)
- Herbe aux goutteux (3 poignées)

Ingrédients

- 2 pommes de terre
- 30 g de gros sel

Préparation

1) Laver les plantes, éplucher et couper les pommes de terre en gros morceaux
2) Mettre les herbes et les pommes de terre dans un faitout
3) Couvrir d'eau
4) Laisser cuire
5) Mixer

Soupe aux herbes sauvages

Plantes sauvages
- Cardamine (2 poignée)
- Alliaire (1 poignée)
- Ortie (2 poignées)
- Cerfeuil des haies (1 poignée)
- Benoite des villes (Un petit bouquet de racines)

Plantes du jardin
- Sauge (2 feuilles

Ingrédients
- 2 pommes de terre
- 1 carotte
- huile, sel, poivre

Préparation
1) Laver les plantes, éplucher et couper les pommes de terre
2) Faire rissoler les orties avec de l'huile dans un faitout
2) Ajouter 1 litre d'eau, puis la cardamine, l'alliaire, la sauge, la racine de benoite, les pommes de terre et la carotte
3) Laisser cuire
4) 5 mn avant la fin, ajouter le cerfeuil
5) Mixer
6) Goûter et ajuster l'assaisonnement si besoin

Retirer les tiges de cerfeuil
Faire reposer quelques heures, la soupe est meilleure.

Soupe à la Berce et alliaire

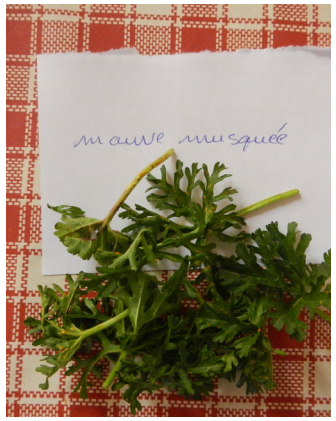
Plantes sauvages
une grosse poignée de chaque plante :
- alliaire officinale
- ortie
- Grande berce

- oseille des prés (quelques feuilles)
- mauve (une dizaine de feuilles)
- fleurs de violette pour la décoration

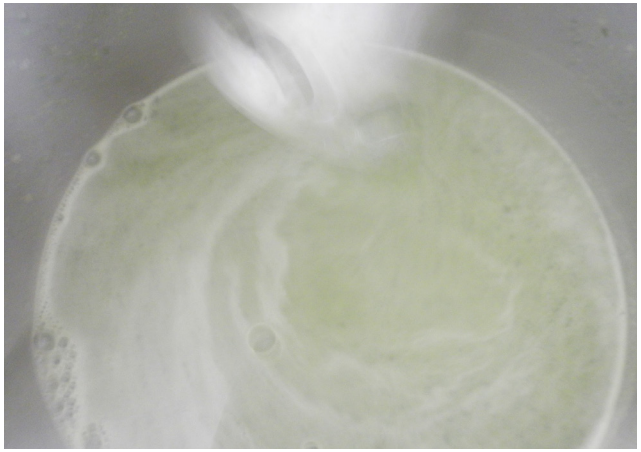
Ingrédients
- 1 oignon
- 2 pommes de terre
- 3 c à soupe d'huile d'olive
- une pincée de sel, poivre

Déguster après avoir ajouté les violettes en décoration

Préparation
1) Laver les plantes, éplucher et couper l'oignon et les pommes de terre en petits morceaux
2) Faire revenir l'oignon dans l'huile d'olive
3) Ajouter les plantes et les faire réduire
4) Ajouter les pommes de terre
3) Couvrir d'eau, saler, poivrer
4) Quand l'eau bout, baisser le feu et laisser mijoter pendant 10 à 15 mn (vérifier que les pommes de terre sont cuites
5) Mixer



Soupe oseille cardamine pissenlit, épiaire



Plantes sauvages

une petite poignée de chaque plante :
- oseille des prés
- cardamine
- pissenlit
- épiaire
- mauve
- Grande berce

Ingrédients

- 1 échalote
- 1 pommes de terre
- huile d'olive
- sel, poivre

Préparation

1) Laver les plantes, éplucher et couper l'échalote et les pommes de terre en petits morceaux
2) Faire revenir l'échalotte dans l'huile d'olive
3) Ajouter les plantes et les faire réduire
4) Ajouter les pommes de terre
3) Couvrir d'eau, saler, poivrer
4) Quand l'eau bout, baisser le feu et laisser mijoter pendant 10 à 15 mn (vérifier que les pommes de terre sont cuites
5) Mixer

Soupe d'ortie, cirse, consoude au raifort

Plantes sauvages

- Verge d'or du Canada (une poignée)
- ortie (2-3 poignées)
- cirse des maraichers (2-3 poignées)
- consoude (une poignée)
- raifort (4 feuilles)
- bardane (une racine)
- fleurs de mauve et de bourrache, et des feuilles de cerfeuil pour la décoration

Ingrédients

- 1 oignon
- 3 pommes de terre
- 4 carottes
- 1/2 patate douce
- 4 gousses d'ail
- 2 échalotes
- huile d'olive
- 1 brique de crème de soja
- 1 brique de crème de riz (20 ml)
- 1 brique de crème de soja (20 ml)
- une pincée de piment
- une cuillère à soupe de gros sel

Préparation

1) Laver les plantes, et les couper en morceaux
2) éplucher les légumes et les couper en morceaux
3) Faire revenir les légumes dans une marmite avec de l'huile d'olive et une pincée de piment éventuellement
4) Ajouter de l'eau et faire cuire 15 mn
5) Ajouter les plantes et cuire encore 15 mn
6) Ajouter de la crème de soja et de la crème de riz hors du feu
7) saler selon le besoin de chacun
8) Mixer

Décorer avec des fleurs de mauve et de bourrache et des morceaux de feuilles de cerfeuil

Conseil : la racine de bardane étant très fibreuse, la retirer en fin de cuisson avant de mixer

Salade de pissenlits à la benoîte

Plantes sauvages

- Pissenlit (4 poignées)
- Alliaire (1/2 poignée)
- Mouron blanc (1/2 poignée)
- Lampsane commune (1/2 poignée)
- Racine de benoite (1 gr)

Ingrédients (vinaigrette)

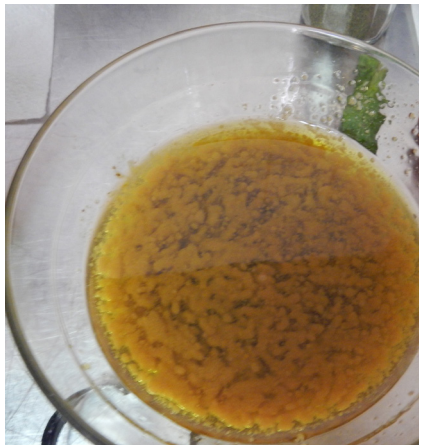
- huile d'olive
- vinaigre balsamique + alcool
- racine de benoite
- sel, poivre

Préparation

1) Trier, laver et essorer les plantes, les mettre dans un saladier
2) Préparer la vinaigrette avec la racine de benoite ciselée

Servir la salade avec des crakers au romarin

Salade de mâche à la ciboulette

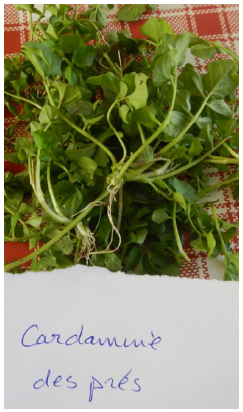


Plantes sauvages
- Mâche (3 poignées)
- Cardamine (1/2 poignée)
- Alliaire (1/2 poignée)

Plantes du jardin
- Ciboulette (10 brins)

Ingrédients (vinaigrette)
- huile d'olive
- vinaigre balsamique + alcool
- moutarde
- ciboulette
- sel, poivre

Préparation
1) Trier, laver et essorer les plantes, les mettre dans un saladier
2) Préparer la vinaigrette avec la ciboulette ciselée



Salade de plantes sauvages et plantes du jardin

Plantes sauvages

Une poignée de chaque plante :

- vergerette du Canada
- verge d'or du Canada
- plantain lancéolé
- plantain majeur
- pissenlit
- bardane (3 racines)
- épiaire des bois (2 branches)
- lierre terrestre (quelques feuilles)

Plantes du jardin

- sauge officinale (quelques feuilles)
- fenouil (2 brins)
- romain (2 brins)
- raifort (une feuille)
- fleurs de mauve et de bourrache pour la déco

Ingrédients

- un fromage frais de chèvre
- 1 citron
- 1 gousse d'ail
- 1 échalote
- 2 carottes crues
- sel, poivre
- vinaigre balsamique, huile d'olive
- 100 cl de jus d'ananas
- graines : chia, courge, noix, tournesol
- 5 c. à soupe de riz

Préparation

1) Bien laver les plantes à l'eau + bicarbonate de soude

2) Dans un saladier, ciseler les herbes (retirer les tiges fibreuses) et ajouter les graines, l'ail et l'échalote hachées, puis les carottes coupées enlamelles

4) mélanger dans un bol, le fromage frais, le citron, le vinaigre, l'huile et le jus d'ananas

6) éplucher les racines de bardane, les couper en tronçons et les faire revenir à l'huile avec l'ail et les branches d'épiaire

7) Faire cuire 5 c. à soupe de riz dans de l'eau salée avec des feuilles de sauge

8) Ajouter les racines, le riz refroidi et la sauce au saladier et mélanger le tout

9) Faire rissoler des feuilles de sauge à la poele pour faire des chips

Décorer la salade avec les fleurs et les chips de sauge

Soupes et salades d'automne

Potage du champ au cirse des maraîchers

Soupe piquante à l'alliaire

Soupe d'orties, plantain, égopode

Soupe de racine de berce à la menthe

Soupe de berce, verveine et fleurs de soucis

Soupe de mouron blanc et racines de benoîte

Soupe d'orties, pissenlits et graines d'alliaire

Salade de stellaire aquatique et lamier blanc

Salade d'achillée millefeuille et égopode

Salade de mouron blanc, menthe et graine de fenouil

Rouleaux de jardin

Salade de mâche, cardamine et fleurs de violettes

Potage du champ au cirse des maraîchers

Plantes sauvages

- Cirse maraicher (2 grosses poignées)
- Stellaire aquatique (1 grosse poignée)
- Alliaire officinale (5-6 feuilles)

Plantes du jardin

- Capucine (une dizaine de feuilles)

Ingrédients

- 2 petites pommes de terre
- sel
- huile d'olive
- 1 litre et demi d'eau

Préparation

1) Laver les plantes
2) Dorer les pommes de terre dans l'huile d'olive
3) A jouter l'eau, saler, couvrir et laisser cuire jusqu'à ce qu'elles soient tendres
4) Baisser le feu, verser les herbes et donner quelques bouillons
5) Mixer

Soupe piquante à l'alliaire et graines d'amarante

Plantes sauvages

- Ortie (1 poignée)
- Lamier blanc (1 poignée)
- Alliaire officinale (3-4 feuilles)
- Egopode (1 c. à soupe)
- Amarante graines (1 c. à soupe)

Ingrédients

- 1 pomme de terre
- 1/é oignon
- 1 c. à soupe d'huile d'olive
- 1 c. à soupe de crème fraiche
- 1 l d'eau
- sel, poivre

Préparation

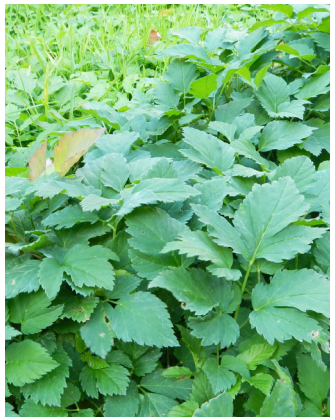
1) Laver, rincer et émincer les plantes, éplucher et couper l'oignon et la pomme de terre
2) Faire revenir l'oignon dans l'huile, puis ajouter les plantes
3) Lorsqu'elles ont fondu, ajouter l'eau, les pommes de terre, les graines d'amarante, saler, poivrer
4) Laisser cuire 25 mn
5) Mixer
6) Ajouter la crème

soupe d'orties, plantain et égopode

Plantes sauvages
- Orties (400 g)
- Plantain (1 poignée)
- Egopode (1 poignée)

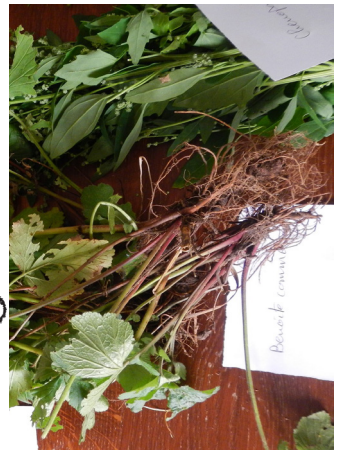
Ingrédients
- 2 pommes de terre
- 1 oignon
- sel, poivre
- 4 c. à soupe d'huile d'olive
- 5 litres d'eau

Préparation
1) Laver et couper les plantes, éplucher les pommes de terre et les oignons et les couper en cubes
2) Faire revenir les plantes dans un peu d'huile d'olive jusqu'à ce qu'elles réduisent de moitié
3) Couvrir avec 3 litres d'eau, saler, poivrer
4) Ajouter les pommes de terre coupées et l'oignon en tranches
5) Laisser cuire entre 20 et 25 mn à petits bouillons
6) Mixer et rajouter du sel, du poivre et de l'eau si besoin



26 septembre 2020

Soupe de racine de berce à la menthe



Plantes sauvages

- racine de benoite (1 petite poignée)
- racine de berce (1 petite poignée)
- feuilles de berce (1 poignée)
- menthe à feuilles rondes (2 poignées)
- lierre terrestre (1 poignée)

Plantes du jardin

- sauge officinale (1 petite poignée)

Ingrédients

- 4 pommes de terre
- 1 oignon
- 2 l d'eau
- sel, poivre

Préparation

1) Laver, rincer et émincer les plantes,
2) éplucher et couper en morceaux l'oignon et les pommes de terre
3) Mettre les plantes et les légumes dans un récipient, saler, poivrer et couvrir avec de l'eau
4) Laisser cuire 15-20 mn à petits bouillons
5) Mixer et rajouter du sel, du poivre et de l'eau si besoin

Soupe de berce, verveine et fleurs de soucis

Plantes sauvages

- Grande berce (une racine et les feuilles d'une tige)

Plantes du jardin

- verveine citronnée (5-6 sommités)
- une fleur de souci

Ingrédients

- 1 litre d'eau
- 4 pommes de terre moyennes

Préparation

1) Laver les plantes, et les émincer
2) éplucher les légumes et les émincer
3) Faire revenir les pommes de terre avec de l'huile d'olive
4) Ajouter de l'eau et faire mijoter pendant 20 mn
5) Mixer

Déposer un à un à la surface les pétales de fleur de souci et les feuilles de verveine émincées

Conseil : se consomme chaud ou tiède

25 septembre 2021

Soupe de mouron blanc et racines de benoite

Plantes sauvages

- Mouron blanc (2 branches, quelques feuilles)
- Benoite des villes (3 racines)

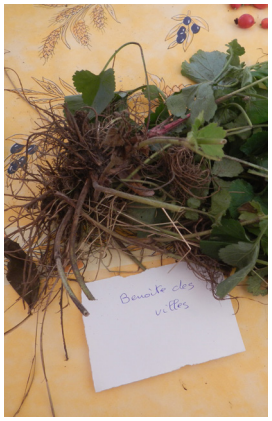
Ingrédients

- 1 litre d'eau
- 1 patate douce
- 1 oignon

Préparation

1) Laver les plantes, et les émincer
2) éplucher les légumes et les émincer
3) Faire mijoter les ingrédients dans un litre d'eau pendant 20 minutes
4) Mixer
5) Ajouter le mouron blanc

Ajouter le mouron blanc à la fin pour la décoration et pour créer un effet de texture différente



Soupe d'orties, pissenlits, graines d'alliaire

Plantes sauvages

- Ortie (3 grosses poignées)
- Alliaire officinale (graines)
- Pissenlit (quelques feuilles)

Ingrédients

- 1 litre d'eau
- 4 carottes
- 3 gousses d'ail

Préparation

1) Laver les plantes, et les émincer
2) éplucher les légumes et les émincer
3) Faire revenir les carottes, les orties et l'ail dans de l'huile d'olive
4) Ajouter de l'eau et faire mijoter pendant 20 mn
5) Mixer

Saupoudrer la surface avec des graines d'alliaire

Salade de stellaire aquatique et lamier blanc

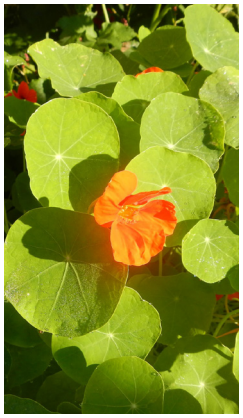
Plantes sauvages
- Stellaire aquatique (3/4)
- Lamier blanc (1/4)

Plantes du jardin
- Fleurs de capucines

Ingrédients (vinaigrette)
- huile d'olive
- vinaigre balsamique
- sel, poivre

Préparation
1) Trier, laver et essorer les plantes, les mettre dans un saladier
2) Couper aux ciseaux la récolte
3) Mélanger
4) Préparer la vinaigrette

Décorer la salade avec des fleurs de capucines



Salade d'achillée millefeuille et égopode

Plantes sauvages

- Stellaire aquatique (2 poignées)
- Cerfeuil des haie (2 poignées)
- Achillée millefeuille (3 poignées)
- Lierre terrestre (2 poignées)
- Egopode ou herbe aux goutteux (3 poignées)
- Galinsoga (2 poignées)
- fleurs de trèfle rose (1 poignée)

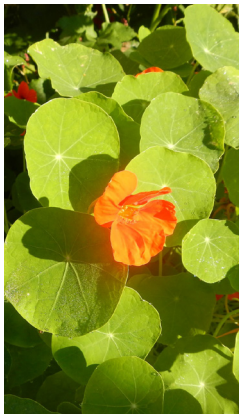
Ingrédients

- 2 échalottes
- 2 carottes jaunes, 2 carottes violettes, 2 carottes orange
- 3 c. à soupe d'huile d'olive
- 1 c. à soupe de vinaigre balsamique
- quelques gouttes de citron
- sel
- quelques graines de tournesol, graines de courges, cerneaux de noix

Préparation

1) Trier, laver et égouter les plantes, les mettre dans un saladier
2) Ciseler les plantes et couper les carottes en petits morceaux
3) Préparer la vinaigrette
4) Enlever les pétales des fleurs de trèfles
5) Mélanger le tout

Répartir la salade dans de petites coupelles



26 septembre 2020

Salade de mouron blanc, menthe et graines de fenouil

Plantes sauvages
- Tiges et feuilles de mouron blanc (une poignée)
- Menthe à feuilles rondes (une poignée)
- Menthe aquatique (une poignée)
- Carex (le coeur de la base de 5-6 pieds)
- Fenouil (la moitié des graines vertes d'une ombelle)
- Chénopode (les feuilles d'un grand pied)
- Silène blanc (10 feuilles)

Plantes du jardin
- fleurs de bourrache (une petite poignée)
- chardon Marie (une poignée)
- chrysanthème couronné (10 feuilles)

Ingrédients
- 1 échalote
- 2 gousses d'ail
- 3 pincées de pignons
- 3 pincées de noix 2 c. à soupe de graines de tournesol
- une c. à soupe d'olives vertes concassées

Préparation
1) Bien laver les plantes à l'eau
2) Dans un saladier, ciseler les herbes
3) Faire griller les graines de tournesol dans une pôele

Sauce vinaigrette
- citron
- Huile d'olive
- persil
- échalote
- sel, poivre

Rouleaux de jardin

Pour 12 rouleaux de printemps

Plantes sauvages

- Menthe à feuilles rondes (une poignée)
- Tiges de mouron blanc (une poignée)

Plantes du jardin

- Jeunes feuilles de chardon Marie (une poignée)
- Jeunes feuilles de chrysanthème couronné (une poignée)
- Jeunes feuilles de silène blanc (une poignée)

Ingrédients

- 12 Feuilles de riz
- 3-4 carottes de variétés diversement colorées
- 1 poignée de cerneaux de noix
- 1 échalotte

Préparation

1) Laver les plantes,
2) Eplucher et émincer l'échalotte, couper grossièrement les cerneaux de noix
3) éplucher les carottes et les couper en bâtonnets
4) Tremper une feuille de riz dans un récipient avec un fond d'eau
5) Etaler la feuille de riz sur un torchon humide
6) Déposer au milieu des noix, des feuilles de menthe, des tiges de mouron blanc, des carottes effilées, des feuilles de chardon Marie et de silène blanc
7) Former un rouleau en repliant la feuille de riz

Pesto

- ciboulette (quelques brins)
- pignons de pin (2 c. à soupe)
- noix (2 c. à soupe)
- huile d'olive (assez pour que le pesto soit relativement liquide)
- sel, poivre

Servir le pesto dans un petit bol à part à déguster avec les rouleaux

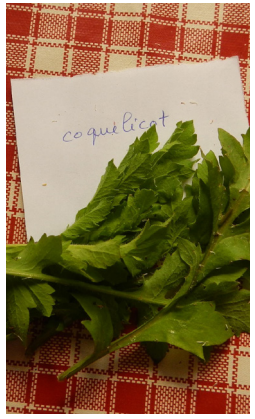
Salade de mâche, cardamine et fleurs de violettes

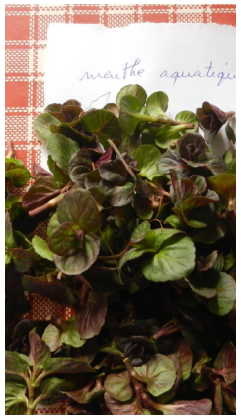
Plantes sauvages
- mâche sauvage (1/4)
- cardamine des prés (1/4)
- herbe aux gouteux (1/8e)
- menthe aquatique
- lamier blanc
- vesce
- pissenlit
- coquelocot
- fleurs de violette pour la déco

Ingrédients (vinaigrette)
- huile d'olive
- vinaigre balsamique
- noix, noisettes, graines de courge, graines de tournesol
- 1 gousse d'ail
- 2 échalottes
- 1/2 oignon
- sel, poivre

Préparation
1) Bien laver les plantes avec eau vinaigrée + bicarbonate de soude, égouter
2) enlever les tiges dures, feuilles fanées etc.
3) mettre les plantes dans un saladier
4) Presser la gousse d'ail, hacher grossièrement l'oignon et les échalottes, les mélanger avec des noix et des graines de tournesol
4) ajouter ce mélange dans le saladier
5) Préparer la vinaigrette en y ajoutant des noix, noisettes et graines de courge

Verser la vinaigrette par dessus au moment de servir,
décorer avec des fleurs de violette





Bibliographie

- COUPLAN François, STYNER Eva, **Guide des plantes sauvages comestibles et toxiques**, Paris-Neufchâtel, Editions Delachaux & Niestlé, 2013

- FITTER Richard, FITTER Alastair, **Guide des fleurs sauvages**,7ème édition revue et corrigée, Paris-Neufchâtel, Editions Delachaux & Niestlé, 2009

- LIEUTAGHI Pierre, **Le livre des bonnes herbes**, Arles, Editions Actes Sud, 2011

- MACHON Nathalie (Dir.), **Sauvages de ma rue**. **Guide des plantes sauvages des villes de la région parisienne**, Paris, Muséum national d'histoire naturelle/ Editions Le Passage, 2011

- MACHON Nathalie (Dir.), **Sauvages de ma rue**. **Guide des plantes sauvages des villes de France**, Paris, Muséum national d'histoire naturelle/ Editions Le Passage, 2012

- PAUME Marie-Claude, **Sauvages et comestibles. Herbes, fleurs et petites salades,** Aix-en-Provence, Edisud, 2005.

- BISSEGGER Meret, **La cuisine des plantes sauvages**, Editions Ulmer, 2012

- COUPLAN François, **Les belles vénéneuses, plantes sauvages toxiques, Encyclopédie des plantes comestibles de l'Europe, volume 3**, Editions Equilibres Aujourd'hui, 1998

- COUPLAN François, **Le régal végétal, plantes sauvages comestibles, Encyclopédie des plantes comestibles de l'Europe, volume 1**, Editions Equilibres Aujourd'hui, 1998

- COUPLAN François, **La cuisine sauvage, plantes sauvages comestibles, Encyclopédie des plantes comestibles de l'Europe, volume 2,** Editions Equilibres Aujourd'hui, 1992

- DUCERF, Gérard, **L'encyclopédie des plantes bio-indicatrices alimentaires et médicinales, guide de diagnostic des sols, volume 1**, 4ème édition, Editions Promonature, 2014.
- http://www.toxiplante.fr/

CAUE 95

Conseil d'Architecture d'Urbanisme et de l'Environnement du Val d'Oise
BP 40163 - Pontoise
95304 Cergy-Pontoise cedex
Tél - 01 30 38 68 68 - Fax - 01 30 73 97 70
site : www.caue95.org - mail : caue95@caue95.org

Le Conseil d'Architecture, d'Urbanisme et de l'Environnement du Val d'Oise est une association départementale, qui a pour vocation la promotion de la qualité architecturale, paysagère et environnementale.
Il a pour objectifs d'accompagner les collectivités et les habitants dans la définition et la concrétisation de leurs projets, de partager une culture de la qualité de l'architecture, de l'urbanisme et des paysages, de valoriser le patrimoine naturel et urbain qui constitue les ressources du projet local.

Fraternité Saint-Jean
Ferme de Brécourt

Ferme de Brécourt
Route de Vallangoujard
95690 Labbeville
Tél - 01 34 16 49 07
site : www.fraternitestjean.fr
mail : fraternite.st.jean@wanadoo.fr

La Fraternité St Jean existe depuis 1981. C'est d'abord un mouvement éducatif – d'intérêt général – et "de conviction", qui regroupe plusieurs centres d'accueil d'enfants et d'adolescents placés par l'aide sociale à l'enfance.
Brécourt est une Maison des Adolescents et des jeunes de 18 / 21 ans, intégrés au sein d'une école d'apprentissage et pré-apprentissage et accompagnés dans leur parcours professionnel par un tuteur de la «Frat», en partenariat avec des entreprises.

Le Jardin du Naturaliste

36 Bis rue Dufour Lebrun
60590 Talmontiers
Tél - 09 74 56 35 48
site : www.olivier-tranchard.fr
mail : olivetc@free.fr

Micro-entreprise basée sur le conseil, la formation en gestion différenciée, la création et l'entretien de jardins sauvages et pédagogiques, l'animation.
Pépinière de plants et graines d'espèces locales à Talmontiers.