



Les
des plantes
vertus

Légumes

d'ici et d'ailleurs

FRANÇOIS COUPLAN

Sang de la Terre 
ÉCOLOGIE • ENVIRONNEMENT • SOCIÉTÉ

SOMMAIRE

INTRODUCTION	7
AFRIQUE	11
AFRIQUE DU NORD	13
Algérie	13
Maroc	14
Tunisie	17
AFRIQUE NOIRE	19
Côte d'Ivoire	19
Sénégal	22
LES ÎLES	25
La Réunion / Île Maurice	25
Les Canaries	28
AMÉRIQUE	29
AMÉRIQUE CENTRALE	31
Costa Rica	31
Mexique	32
AMÉRIQUE DU NORD	35
États-Unis	35
Québec	44
AMÉRIQUE DU SUD	45

Équateur	45
Pérou	47
LES ÎLES	49
Les Antilles : Cuba	49
Guadeloupe et Martinique	51
ASIE	53
ASIE DU SUD-EST	55
Birmanie	55
Indonésie	56
Laos	57
Malaisie	58
Thaïlande	59
EXTRÊME-ORIENT	61
Chine	61
Japon	63
Inde	64
PROCHE-ORIENT	67
Égypte	67
Liban	70
Palestine	72
Syrie	73
Turquie	75
EUROPE	77
EUROPE DU NORD	79
Allemagne	79
Angleterre	81
Autriche	81
Pays-Bas	82

Pologne	83
Scandinavie	87
Suisse	89
Tchéquie	93
EUROPE MÉRIDIONALE	95
Balkans	95
Espagne	97
Grèce	98
Italie	99
Macédoine	104
Slovénie	105
FRANCE	107
Alsace	109
Auvergne	110
Comté de Nice	111
Dauphiné	112
Gascogne	113
Ile-de-France	114
Lorraine	115
Lyonnais	116
Pays Basque	117
Picardie	118
Poitou	119
Provence	120
INDEX	123
INFORMATIONS	127