

TABLE

AVANT-PROPOS	7
LES PRIMEURS	13
Navet	15
Petits Pois	17
Artichaut	18
Asperge	19
LES LÉGUMES VERTS	22
Haricots verts	25
Épimard	27
Bette	29
Cresson	30
LA SALADE	35

LA TOMATE 41

RATATOUILLE 48

Courgette 50

Poivron 50

Aubergine 51

LA POMME DE TERRE 54

L'OIGNON 63

LA SOUPE 71

Carotte 73

Céleri 74

Poireau 74

Navet 75

LE CHOU 77

LA CITROUILLE 83

LÉGUMINEUSES 88

Haricot 94

Fève 97

Pois chiches 98

Lentilles 101

Pois cassés 102

DE L'ESPRIT

DES LÉGUMES 105