

Note de lecture

« Le guide de L'Écofood –

tout savoir pour bien se nourrir dans le respect de la planète»,

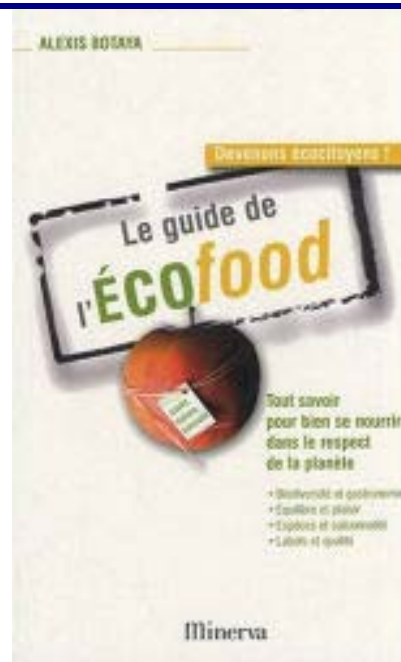
« Le guide de l'Ecofood - *tout savoir pour bien se nourrir dans le respect de la planète»,*

Alexis Botaya

Éditions Minerva

ISBN : 283071005-3

Prix : 15 €



Le ton est donné dans le titre et le contenu est à la hauteur du message. A priori très touffu de par les multiples thématiques traitées : «*Biodiversité et gastronomie*», «*Équilibre et plaisir*», «*Espèces et saisonnalité*», «*Labels et qualités*» ce livre est un véritable outil pratique, qui offre un regard transversal sur l'ensemble des sujets liés au souci de l'écologie et de l'environnement. Professionnels ou grand public, chacun y trouvera des réponses intéressantes.

Viandes, poissons, fruits, légumes, céréales...l'auteur (Ingénieur agronome spécialisé en santé et nutrition humaines et diplômé de Sciences Po, animant de nombreux réseaux scientifiques), fait un état des lieux très factuel, en repositionnant chaque sujet dans son contexte historique et contemporain.

A partir de là, le lecteur va trouver un ensemble d'informations associées: marché, modes de productions (sur la planète), décryptage de différents labels (Bio, Label Rouge...), point sur les OGM, impacts écologiques, apports au niveau santé, apports nutritionnels,... mais aussi des encarts sur les vitamines, les additifs, les mouvements comme le Slow Food ou l'utilisation de l'eau du robinet dans certains restaurants (c'est la dernière tendance en vogue, notamment au Québec et aux États Unis) .

**Texte : « La librairie Gourmande »,
sur une recommandation de Marie-Anne Page, <http://www.villagedechefs.com>**

Nota : Alexis Botaya réalise un site, le Guide de l'écofood : <http://www.guide-ecofood.fr/>