

# Astuces et recettes naturelles des montagnes du Jura



Un livre pour cuisiner, créer, jardiner, bricoler et confectionner... Photo ER

**Coédité par le CPIE du Haut-Doubs, « Consoude et épïcëa » sortira le 16 novembre prochain. Un ouvrage signé d'Isabelle Lepeule truffé de recettes naturelles des montagnes du Jura.**

« C'est pas un livre personnel même si j'en suis l'auteure, parce que j'ai pu m'appuyer sur des compétences et sur des gens qui avaient vraiment envie de faire quelque chose. Je n'ai pas voulu non plus faire un simple copier-coller d'ouvrages déjà parus. Toutes les recettes du livre ont été testées et, pour certaines activités à réaliser, j'ai créé des vraies situations pour me coltiner à la réalité. Comme les toilettes sèches ou la viande au foin, par exemple ! »

Ainsi parle Isabelle Lepeule, en avant-première, de la sortie officielle de son livre « Consoude et épïcëa », ce samedi 16 novembre, dans les locaux du CPIE du Haut-Doubs. Le directeur, Benoît Deboskre, confirme l'originalité de l'ouvrage : « Il n'a pas d'équivalent, c'est le

seul livre qui parle du « faire soi-même » et qui est rattaché à un territoire. Françaises ou Suisses, de Montbéliard à Genève, toutes les personnes habitant à plus de 600 mètres d'altitude doivent pouvoir s'identifier à ce qu'elles liront au fil des pages. On sort du classique « faire soi-même » pour entrer dans les particularités du Jura franco-suisse. »

## « J'ai retrouvé mon âme de chercheuse »

« Consoude et épïcëa » ? Un ouvrage magnifique de 226 pages, tiré à 3 000 exemplaires, truffé de recettes naturelles des montagnes du Jura et illustré de 800 photos signées d'Isabelle elle-même et de Léo Gaiffe. On ne va pas vous le raconter in extenso (tiens ! voilà une bonne idée cadeau), juste vous confier que pour chaque recette il y a des infos culturelles. Un pas à pas authentique avec textes et photos pour cuisiner, créer, jardiner, bricoler et confectionner.

Salariée du CPIE pendant une dizaine d'années et désormais l'une de ses partenaires privilégiées, Isabelle Lepeule est cette

filles du pays qui a un peu bilinguë et puis est revenue au pays natal enrichie d'autres cultures. « Avec ce livre sur lequel j'ai travaillé deux ans durant, j'ai retrouvé mon âme de chercheuse. Je suis passionnée par l'utilisation des matériaux naturels et des végétaux. » Le faire soi-même « est tendance et ce qui m'intéressait c'était d'établir le lien entre ce côté » tendance « et l'ancrage dans les pratiques de jadis sans être passéiste ! Je me suis donc imprégnée des recettes traditionnelles en apportant ma touche de créativité. »

Et puis la création de ce livre avait au moins deux défis à relever et deux objectifs à atteindre. « Que les recettes et les propositions d'activités soient rattachées à une particularité du massif et en même temps à une

problématique de santé ou d'environnement », explique Isabelle. « Qu'il aide à créer, s'émanciper, être acteur de sa propre consommation et se réapproprié sa vie au quotidien, et en même temps partager et transmettre cette approche écologique, économique, sociétal et social », ajoute Benoît.

Il aura, dans un premier temps, permis de lancer une campagne d'animation sur ce fameux « faire soi-même », puisque le CPIE du Haut-Doubs a déjà rassemblé 264 participants lors des douze premières animations consacrées à ce thème, en partenariat avec une MJC, une commune, une association locale et un point relais petite enfance.

Les murmures bruisent déjà d'un éventuel tome 2.

## « Consoude et épïcëa »

« Consoude et épïcëa », un livre d'Isabelle Lepeule coédité par le CPIE du Haut-Doubs et Rossolis, disponible en librairies, grandes surfaces, en France, en Suisse et au CPIE. 226 pages, 19 €.