

# Sommaire

- 7** Préface de Jean Maison
- 8** Introduction : le plaisir avant tout
  
- 11** Première partie : En préambule
- 12** Les infusions : une vieille histoire qui fait peau neuve
- 16** Tisanes, mode d'emploi
- 22** De l'art et la manière de déguster les infusions
- 28** Les plantes et leurs propriétés
  
- 37** Seconde partie : Mes infusions « plaisir »
- 38** À l'aube du crépuscule
- 40** À l'ombre des jeunes filles en fleurs
- 42** Harmonie du bois
- 44** Adorables chérubins en herbe
- 46** Infusion polissonne
- 48** Veillée au coin du feu
- 50** Mademoiselle Rose et Colonel Moutarde
- 52** Les caprices de la lune
- 54** Ma madeleine de Proust
- 56** La vie en rose
- 58** L'extrême légèreté de l'être
- 60** *Crazy chocolate*
- 62** Retiens la nuit
- 64** Mélodie en plein air
- 66** Contre vents et marées
- 68** Le bonheur, sinon rien
- 70** Songe d'une nuit d'été
- 72** 5 minutes pour l'éternité
- 74** Évasion immobile

- 76** Miroir, mon beau miroir !
- 78** Belle de jour
- 80** Jardins de Bagatelle
- 82** Le chat qui ronronne à l'ombre des tilleuls
- 84** Sous la tonnelle
- 86** Conte de Noël
- 88** La valse des flocons
- 90** *Somewhere*, si ce n'est quelque part
- 92** Sous la branche d'un acacia
- 94** Colchiques dans les prés
- 96** Oh, la belle plante !
- 98** Péché de gourmandise
- 100** *What else!*
- 102** Contemplation aromatique
- 104** Rose nirvanesque
- 106** Infuse confusion
- 108** Noisettes et cocooning
- 110** Qui s'y frotte, s'y pique !
- 112** Spicy Bollywood
- 114** Chasse-spleen
- 116** L'antidote de Cendrillon
- 
- 118** **Petits bonus gourmands**
- 118** Gelée végétale à l'hibiscus mentholé
- 120** Granité des simples, romarin et verveine
- 
- 122** Index détaillé des infusions et de leur composition
- 124** Glossaire
- 125** Adresses utiles
- 127** Bibliographie