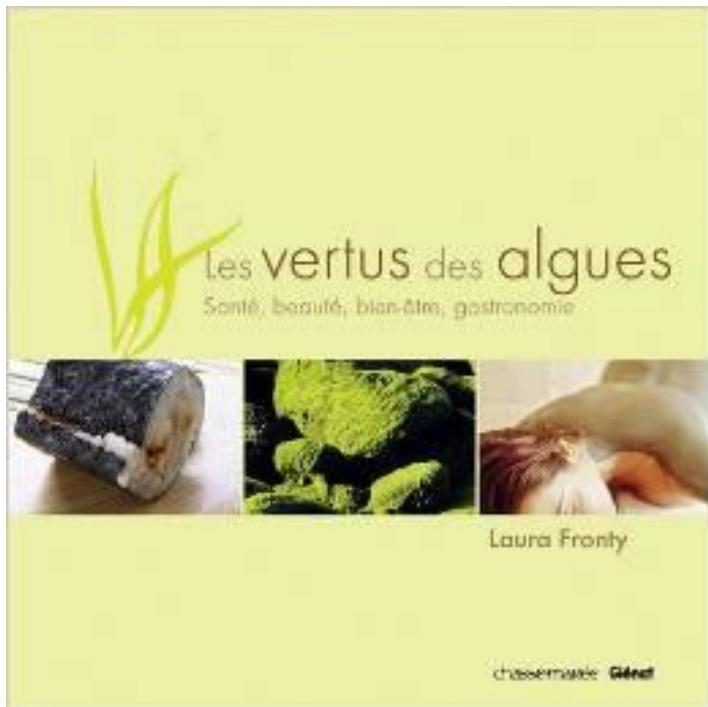


# Les vertus des algues

de [Laura Fronty](#)



## Introduction

Vertes, brunes ou rouges, les algues sont un produit de la mer encore mal connu en Occident. Utilisées dans les cosmétiques, l'agriculture, l'industrie et l'alimentation, les algues sont présentes sur la planète depuis plus de trois milliards d'années. Capables de photosynthèse, elles se développent essentiellement en milieu aquatique. Riches en sels minéraux et en oligo-éléments, elles fortifient, complètent nos ressources en minéraux, désintoxiquent et rééquilibrent l'organisme... La recherche leur découvre sans cesse de nouvelles vertus ! Découvrez l'histoire des algues, leurs utilisations principales ainsi que des recettes de beauté, de cuisine. Ce titre, accompagné d'un échantillon d'algues, est proposé dans un joli coffret.