



Après de longs séjours au Japon où elle s'est imprégnée de la culture zen, Annie d'Aulan fonde avec son mari le Domaine du Taillé, où sont organisés des stages macrobiotiques.

Plus tard, le centre, géré par ses deux fils, devient un lieu d'accueil pour stages et formations en développement personnel en gardant l'esprit Zen. Annie d'Aulan a alors la responsabilité de s'occuper de la cuisine et de faire découvrir à son public la cuisine zen avec laquelle elle a élevé ses enfants. Ce livre est le fruit de cette expérience.

« Mas alto ! » *devise familiale*

DOMAINE DU TAILLÉ Une cuisine Zen du Japon à l'Ardèche

Au pied des monts d'Ardèche, dans un havre de verdure, le Domaine du Taillé fut un monastère zen avant de devenir un lieu de stages et de ressourcement.

La double culture franco-japonaise s'y est tout de suite incarnée dans la cuisine d'Annie d'Aulan à l'origine du lieu. Sa préférence pour une approche végétarienne d'inspiration macrobiotique s'allie à une cuisine à tendance provençale où les épices ont toute leur place. Elle puise aussi ses sources dans des classiques français, méditerranéens, indiens...

La beauté et l'esprit du lieu ont donné naissance à une synergie créative, inspirant une démarche photographique sensible accompagnée de citations philosophiques.

Si l'expression « art de vivre » à un sens, elle trouve ici une très belle interprétation.



LE SOUFFLE D'OR

une cuisine zen

Les recettes d'Annie

Les recettes d'Annie une cuisine zen aux couleurs du monde



Annie d'Aulan
DOMAINE DU TAILLÉ

PHOTOGRAPHIES
Michel Leynaud et Simon Bugnon

La macrobiotique telle que l'a enseignée Georges Ohsawa est [...] à la base même des plats qui parviennent jusqu'à notre table. Annie qui en a saisi toute la philosophie, sait en découvrir aussi toute la subtilité et le raffinement dans le choix des légumes et des légumineuses, des céréales et des racines, des fruits mêmes et des épices qui interviennent dans cette alchimie.

« Les Recettes d'Annie », un succulent programme, un art de vivre qui a fait ses preuves !

Le Yin et le Yang, aspects indissociables de la cuisine extrême-orientale, n'ont plus de secret pour elle, pas plus que les cinq saveurs qu'elle sait marier harmonieusement, jouant avec le doux et le salé, l'acide, l'amer et le piquant.

Extrait de la préface de Jacques Pialoux



éditions
LE SOUFFLE D'OR