

Equisetum arvense L., 1753 (Prêle)

Identifiants : 12842/equarv

Association du Potager de mes/nos Rêves (<https://lepotager-demesreves.fr>)

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 10/05/2024

• **Classification/taxinomie traditionnelle :**

- Règne : Plantae ;
- Classe : Equisetopsida ;
- Ordre : Equisetales ;
- Famille : Equisetaceae ;
- Genre : Equisetum ;

• **Synonymes français :** prêle des champs, prêle des prés, prêle sauvage, queue de rat, queue de renard, queue de cheval ;

• **Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) :** field horsetail , Common horsetail, Kaweta, Kesatilgad, Kitsenisad, Mezei zsurlo, Piibusk, Polski kvosht, Savipahklid, Seatilk, Shave Brush, Soetteugi, Sugina ;



• **Note comestibilité :** **

• **Rapport de consommation et comestibilité/consommabilité inférée (partie(s) utilisable(s) et usage(s) alimentaire(s) correspondant(s)) :**

Feuille (jeunes et/ou tendres (pousses/ramifications (aromatisantes¹ et/ou décoratives¹) ; tiges brunes (cruées¹ ou cuites¹)) et racine (tubercules ; crus¹ ou cuits¹) comestibles.(1*)

Détails :

Racine, tige, bourgeon, légume. Les pousses ont été consommées comme légume et également utilisées pour faire du thé ; ce sont les jeunes tiges^{{{(0(+x))}}} (coeur des tiges^{{{(27(+x))}}}) porteuses de spores qui sont utilisées^{{{(0(+x))}}} ; elles sont consommées comme légume ou en pickles au Japon, crues ou ébouillonnées^{{{(27(+x))}}} ; elles peuvent être conservées dans l'huile^{{{(0(+x))}}}. Rhizomes consommés par les Indiens du Nouveau Mexique^{{{(0(+x))}}}.

ATTENTION: Il ne doit probablement être utilisé qu'en petites quantités ou pendant de courtes périodes. Les pousses ont été consommées comme légume et également utilisées pour faire du thé. Ce sont les jeunes tiges porteuses de spores qui sont utilisées. Ils peuvent être conservés dans l'huile. Les pousses sont utilisées en soupe. Les tubercules latéraux sont ajoutés au pain

Partie testée : feuilles^{{{(0(+x))}}} (traduction automatique)

Original : Leaves^{{{(0(+x))}}}

Taux d'humidité	Énergie (kj)	Énergie (kcal)	Protéines (g)	Pro- vitamines A (µg)	Vitamines C (mg)	Fer (mg)	Zinc (mg)
93.7	84	20	1.0	0	0	4.4	0



(1*)**ATTENTION :** la plante contiendrait des substances toxiques ; elle ne devrait probablement être utilisée qu'en petites quantités ou durant de courtes périodes de temps. Risque de confusion avec la prêle des marais (Equisetum palustre), qui est toxique.(1*)**ATTENTION**^{{{(0(+x))}}} : la plante contiendrait des substances toxiques^{{{(27(+x))}}} ; elle ne devrait probablement être utilisée qu'en petites quantités ou durant de courtes périodes de temps^{{{(0(+x))}}}. Risque de confusion avec la prêle des marais (Equisetum palustre), qui est toxique^{{{(-1)}}}.

• **Note médicinale :** ***

- **Illustration(s) (photographie(s) et/ou dessin(s)):**



Par Svensk botanik ([J.W. Palmstruch et al], vol. 7: t. 474, 1812), via plantillustrations

- **Autres infos :**

dont infos de "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

- **Statut :**

C'est un légume cultivé commercialement^{{{(0(+x)) (traduction automatique)}}}.

Original : It is a commercially cultivated vegetable^{{{(0(+x))}}}.

- **Distribution :**

C'est une plante tempérée. Ils poussent dans des endroits humides. Il est préférable dans les sols argileux marécageux. Il a besoin d'un emplacement protégé. Il est résistant au gel et endommagé par la sécheresse. Ils se propagent en ramifiant les rhizomes. En Chine, il passe du niveau de la mer à 3700 m d'altitude. Il convient aux zones de rusticité 2-9^{{{(0(+x)) (traduction automatique)}}}.

Original : It is a temperate plant. They grow in wet places. It is best in swampy clayey soils. It needs a protected location. It is resistant to frost and damaged by drought. They spread by branching rhizomes. In China it grows from sea level to 3,700 m above sea level. It suits hardiness zones 2-9^{{{(0(+x))}}}.

- **Localisation :**

Alaska, Asia, Australia, Bulgaria, Canada, Central America, China, Estonia, Europe, Falklands, Faroe Islands, France, Germany, Greece, Greenland, Guatemala, Haiti, Himalayas, Hungary, Iceland, India, Iraq, Italy, Japan, Kazakhstan, Korea, Kurdistan, Kyrgyzstan, Lithuania, Macedonia, Mediterranean, Mexico, Mongolia, Nepal, North America, Norway, Panama, Portugal, Russia, Scandinavia, Slovakia, Slovenia, Spain, Sweden, Switzerland, Turkey, USA^{{{(0(+x)) (traduction automatique)}}}.

Original : Alaska, Asia, Australia, Bulgaria, Canada, Central America, China, Estonia, Europe, Falklands, Faroe Islands, France, Germany, Greece, Greenland, Guatemala, Haiti, Himalayas, Hungary, Iceland, India, Iraq, Italy, Japan, Kazakhstan, Korea, Kurdistan, Kyrgyzstan, Lithuania, Macedonia, Mediterranean, Mexico, Mongolia, Nepal, North America, Norway, Panama, Portugal, Russia, Scandinavia, Slovakia, Slovenia, Spain, Sweden, Switzerland, Turkey, USA^{{{(0(+x))}}}.

- **Notes :**

Il existe environ 29 espèces d'Equisetum. Ils poussent dans des endroits frais et humides. Il est utilisé en médecine^{{{(0(+x)) (traduction automatique)}}}.

Original : There are about 29 Equisetum species. They grow in cool, damp places. It is used in medicine^{{{(0(+x))}}}.

- **Arôme et/ou texture : amer (tiges vertes), champignon (tiges brunes)1 ;**

- **Liens, sources et/ou références :**

- ⁵"Plants For a Future" (en anglais) : https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Equisetum_arvense ;

dont classification :

- "The Plant List" (en anglais) : www.theplantlist.org/tpl1.1/record/tro-26602003 ;
- "GRIN" (en anglais) : <https://npgsweb.ars-grin.gov/gringlobal/taxon/taxonomydetail?id=400386> ;

dont livres et bases de données : ⁰"Food Plants International" (en anglais), 1Plantes sauvages comestibles (livre pages 37, 38 et 212, 213, par S.G. Fleischhauer, J. Guthmann et R. Spiegelberger), 27Dictionnaire des plantes comestibles (livre, page 127, par Louis Bubenicek) ;

dont biographie/références de ⁰"FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

Ambasta, S.P. (Ed.), 2000, *The Useful Plants of India*. CSIR India. p 197 ; Blamey, M and Grey-Wilson, C., 2005, *Wild flowers of the Mediterranean*. A & C Black London. p 531 ; Bodkin, F., 1991, *Encyclopedia Botanica*. Cornstalk publishing, p 386 ; Bremness, L., 1994, *Herbs*. Collins Eyewitness Handbooks. Harper Collins. p 288 ; Brown, D., 2002, *The Royal Horticultural Society encyclopedia of Herbs and their uses*. DK Books. p 201 ; Chen, B. & Qiu, Z., *Consumer's Attitudes towards Edible Wild Plants, Ishikawa Prefecture, Japan*. p 23 www.hindawi.com/journals/ijfr/aip/872413.pdf ; Cundall, P., (ed.), 2004, *Gardening Australia: flora: the gardener's bible*. ABC Books. p 543 ; Facciola, S., 1998, *Cornucopia 2: a Source Book of Edible Plants*. Kampong Publications, p 94 ; *Food Composition Tables for use in East Asia* FAO <https://www.fao.org/infoods/directory> No. 550 ; Jones, A., 2010, *Plants that we eat*. University of Alaska Press. p 150 ; Kays, S. J., and Dias, J. C. S., 1995, *Common Names of Commercially Cultivated Vegetables of the World in 15 languages*. *Economic Botany*, Vol. 49, No. 2, pp. 115-152 ; Kiple, K.F. & Ornelas, K.C., (eds), 2000, *The Cambridge World History of Food*. CUP p 1787 ; MacKinnon, A., et al, 2009, *Edible & Medicinal Plants of Canada*. Lone Pine. p 388 ; Moerman, D. F., 2010, *Native American Ethnobotany*. Timber Press. p 213 ; *Plants For A Future* database, The Field, Penpol, Lostwithiel, Cornwall, PL22 0NG, UK. <https://www.scs.leeds.ac.uk/pfaf/> ; Sp. pl. 2:1061. 1753 ; Tanaka, ; Turner, N., 1995, *Food Plants of Coastal First Peoples*. Royal BC Museum Handbook p 23 ; Turner, N. J. et al, 2011, *Edible and Tended Wild Plants, Traditional Ecological Knowledge and Agroecology*. *Critical Reviews in Plant Sciences*, 30:198-225 ; Uphof,