

Foeniculum vulgare Mill., 1768 (Fenouil (sauvage et cultivé))

Identifiants : 14210/foevul

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

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 28/04/2024

- Classification phylogénétique :

- Clade : Angiospermes ;
- Clade : Dicotylédones vraies ;
- Clade : Astéridées ;
- Clade : Campanulidées ;
- Ordre : Apiales ;
- Famille : Apiaceae ;

- Classification/taxinomie traditionnelle :

- Règne : Plantae ;
- Division : Magnoliophyta ;
- Classe : Magnoliopsida ;
- Ordre : Apiales ;
- Famille : Apiaceae ;
- Genre : Foeniculum ;
- Nom complet : Foeniculum vulgare Mill. subsp. vulgare var. vulgare ;

- Synonymes : Foeniculum dulce. C. Bauh. ? (qp*), Foeniculum dulce Mill. 1768 [Foeniculum vulgare Mill. subsp. vulgare var. dulce] ;

- Synonymes français : fenouil de Provence, aneth doux [Foeniculum vulgare et var. azoricum], fenouil bulbeux [var. dulce], fenouil commun [Foeniculum vulgare et var. azoricum], fenouil des jardins [var. azoricum], fenouil doux officinal [var. azoricum], anis de France [var. azoricum], anis doux [var. azoricum], anis de Paris [var. azoricum], fenou [var. azoricum], fenoule [var. azoricum], fenouil sauvage [var. azoricum], fenouil doux [var. dulce et var. azoricum], anis de France [var. azoricum], fenouil amer [var. azoricum], fenouil de Malte [var. azoricum et var. dulce], fenouil des vignes [var. azoricum], fenouil de Provence [var. azoricum], fenouil de Florence [var. dulce], fenouil d'Italie [var. dulce], fenouil de Bologne [var. dulce], fenouil sacré [var. dulce], fenouil bronze [f. purpureum], fenouil poivré [subsp. piperitum], fenouil amer [subsp. piperitum] ;

- Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : common fennel, aniseed-weed, bitter fennel [subsp. piperitum], bitter fennel [subsp. vulgare var. vulgare], common fennel [subsp. vulgare var. vulgare], fennel, Florence fennel [subsp. vulgare var. dulce], Roman fennel [subsp. vulgare var. azoricum], sweet fennel [subsp. vulgare var. azoricum], shamar (ar), hui xiang (cn transcrit), Butterfenchel [subsp. vulgare var. vulgare] (de), Fenchel (de), Gemüsefenchel [subsp. vulgare var. dulce] (de), Gewürzfenchel [subsp. vulgare var. azoricum] (de), wilder Fenchel [subsp. vulgare var. vulgare] (de), finocchio [subsp. vulgare var. dulce] (it), finocchio (it), ui-ky? (jp romaji), funcho (pt), hinojo (es), fänkål (sv) ;



- Note comestibilité : *****

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

Feuille (dont pétiole et renflement basal : crues¹ / cuites¹ et/ou aromatisantes¹), fleur¹ (décoratives¹ et/ou aromatisantes¹) et graines (aromatisantes¹) comestibles.

Détails :

Graines, feuilles, bulbe, herbe, épice, légume, huile, racines^{{{0(+)}}}. Les feuilles^{{{0(+)}}} supérieures peuvent être^{{{0(+)}}} bouillies^{0(+),27(+)} à l'eau^{{{27(+)}}} et mangées comme un assaisonnement ; la jeune et tendre partie centrale et les bases des feuilles^{{{0(+)}}} (péduncules foliaires^{{{27(+)}}}) peuvent être hachés et consommés^{{{0(+)}}} crues ou cuites^{{{27(+)}}}.

La racine peut être cuite et mangée ; elle est utilisée en médecine^{{{{0(+x)}}}. Graines sources d'une essence utilisée comme aromate^{{{{27(+x)}}}} ; elles peuvent également être^{{{{dp*}}}} utilisées comme condiment^{{{{27(+x)}}} pour aromatiser le pain et les gâteaux et dans les farces.

Il est utilisé dans les sauces, saucisses, ragoûts et salades^{{{{0(+x)}}}. Légume très cultivé dans le monde^{{{{27(+x)}}}.

Les feuilles supérieures peuvent être bouillies et mangées comme arôme. La jeune partie centrale tendre et les bases des feuilles peuvent être hachées et mangées. La racine peut être cuite et mangée. (Il est utilisé en médecine) Les graines peuvent être utilisées comme arôme. Ils sont utilisés pour parfumer le pain et les gâteaux et dans les farces. Il est utilisé dans les sauces, saucisses, ragoûts et salades

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

Original : Bulb raw^{{{{0(+x)}}}

Taux d'humidité	Énergie (kj)	Énergie (kcal)	Protéines (g)	Pro-vitamines A (µg)	Vitamines C (mg)	Fer (mg)	Zinc (mg)
90.2	130	31	1.2	13.4	12	0.7	0.2



ATTENTION : le contact cutané avec la sève ou l'huile essentielle est dit causer de la photo-sensibilité et/ou une dermatite chez certaines personnes ; l'ingestion de l'huile peut causer des vomissements, des convulsions et un oedème pulmonaire ; évitez pour les petits enfants ; évitez lors de cirrhoses / troubles du foie ; les diabétiques doivent vérifier la teneur en sucre de la préparation. **ATTENTION** : le contact cutané avec la sève ou l'huile essentielle est dit causer de la photo-sensibilité et/ou une dermatite chez certaines personnes ; l'ingestion de l'huile peut causer des vomissements, des convulsions et un oedème pulmonaire ; évitez pour les petits enfants ; évitez lors de cirrhoses / troubles du foie ; les diabétiques doivent vérifier la teneur en sucre de la préparation^{{{{5(+)}}}.

- Note médicinale : ***

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



Par Köhler F.E. (Medizinal Pflanzen, vol. 2: t. 88, 1890), via plantillustrations

- Autres infos :

dont infos de "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

- Distribution :

Une plante tempérée. Il pousse bien dans un climat méditerranéen. Il pousse bien sur les sols calcaires secs et caillouteux. Il pousse jusqu'à au moins 2200 m d'altitude sous les tropiques. Il pousse mieux pendant la saison la plus sèche à des altitudes supérieures à 500 m. En PNG, il pousse entre 1 400 et 2 200 m au-dessus du niveau de la mer. Il est cultivé mais pousse aussi facilement à l'état sauvage. Il est résistant au gel. Il pousse au Népal jusqu'à environ 2400 m d'altitude. En Argentine, il passe du niveau de la mer à 1000 m au-dessus du niveau de la mer. Il convient aux zones de rusticité 5-10. Herbar de Tasmanie. Dans les jardins botaniques de Hobart. Au Yunnan^{{{{0(+x)}}} (traduction automatique).

Original : A temperate plant. It grows well in a Mediterranean climate. It grows well on dry and stony calcareous soils. It grows up to at least 2200 m altitude in the tropics. It grows better during the drier season at altitudes over 500 m. In PNG is grows between 1,400-2,200 m above sea level. It is cultivated but also easily grows wild. It is frost hardy. It grows in Nepal to about 2400 m altitude. In Argentina it grows from sea level to 1,000 m above sea level. It suits hardiness zones 5-10. Tasmania Herbarium. In Hobart Botanical gardens. In Yunnan^{{{{0(+x)}}}.

◦ Localisation :

Africa, Albania, Argentina, Asia, Australia, Bahamas, Balkans, Bangladesh, Bolivia, Bosnia, Brazil, Britain, Bulgaria, Canada, Caucasus, Central America, Chile, China, Cook Islands, Crete, Croatia, Cuba, Cyprus, Dominican Republic, East Africa, East Timor, Egypt, Egypt - Sinai, Ethiopia, Europe*, Fiji, France, Georgia, Greece, Haiti, Hawaii, Himalayas, India, Indochina, Indonesia, Ireland, Israel, Italy, Japan, Jordan, Kenya, Laos, Lebanon, Lithuania, Macedonia, Marquesas, Mediterranean, Malaysia, Mali, Mexico, Morocco, Mozambique, Myanmar, Nepal, New Zealand, Niger, North Africa, North America, NW India, Norway, Pacific, Pakistan, Palestine, Papua New Guinea, PNG, Paraguay, Philippines, Portugal, Qatar, Scandinavia, SE Asia, Sicily, Sinai, Slovenia, South Africa, Southern Africa, South America, Spain, Sri Lanka, Sweden, Tasmania, Thailand, Tibet, Timor-Leste, Turkey, Uruguay, USA, Vietnam, West Africa, West Indies, Yugoslavia, Zambia, Zimbabwe^{{{0(+x)}} (traduction automatique)}.

Original : Africa, Albania, Argentina, Asia, Australia, Bahamas, Balkans, Bangladesh, Bolivia, Bosnia, Brazil, Britain, Bulgaria, Canada, Caucasus, Central America, Chile, China, Cook Islands, Crete, Croatia, Cuba, Cyprus, Dominican Republic, East Africa, East Timor, Egypt, Egypt - Sinai, Ethiopia, Europe*, Fiji, France, Georgia, Greece, Haiti, Hawaii, Himalayas, India, Indochina, Indonesia, Ireland, Israel, Italy, Japan, Jordan, Kenya, Laos, Lebanon, Lithuania, Macedonia, Marquesas, Mediterranean, Malaysia, Mali, Mexico, Morocco, Mozambique, Myanmar, Nepal, New Zealand, Niger, North Africa, North America, NW India, Norway, Pacific, Pakistan, Palestine, Papua New Guinea, PNG, Paraguay, Philippines, Portugal, Qatar, Scandinavia, SE Asia, Sicily, Sinai, Slovenia, South Africa, Southern Africa, South America, Spain, Sri Lanka, Sweden, Tasmania, Thailand, Tibet, Timor-Leste, Turkey, Uruguay, USA, Vietnam, West Africa, West Indies, Yugoslavia, Zambia, Zimbabwe^{{{0(+x)}}.}

◦ Notes :

Il n'y a qu'une seule espèce de *Foeniculum*. Cela peut être invasif^{{{0(+x)}} (traduction automatique)}.

Original : There is only one *Foeniculum* species. It can be invasive^{{{0(+x)}}.}

• Liens, sources et/ou références :

- Jardin! L'Encyclopédie : https://nature.jardin.free.fr/vivace/cb_Foeniculum_vulgaire.html ;
- ⁵"Plants For a Future" (en anglais) : <https://www.pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Foeniculum+vulgaire> ;

dont classification :

- "The Plant List" (en anglais) : www.theplantlist.org/tpl1.1/record/kew-2813604 ;
- "GRIN" (en anglais) : <https://npgsweb.ars-grin.gov/gringlobal/taxon/taxonomydetail?id=300219> ;

dont livres et bases de données : ⁰"Food Plants International" (en anglais), 1Plantes sauvages comestibles (livre pages 188 et 189, par S.G. Fleischhauer, J. Guthmann et R. Spiegelberger), 27Dictionnaire des plantes comestibles (livre, pages 139 et 140, par Louis Bubenicek), 76Le Potager d'un curieux - histoire, culture et usages de 250 plantes comestibles peu connues ou inconnues (livre, pages 192 à 197 [*Foeniculum dulce*. C. Bauh.], par A. Paillieux et D. Bois) ;

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

Ali-Shtayeh, M. S., et al, 2008, Traditional knowledge of wild edible plants used in Palestine (Northern West Bank): A comparative study. *J Ethnobiol Ethnomed*. 4: 13 ; Ambasta, S.P. (Ed.), 2000, *The Useful Plants of India*. CSIR India. p 226 ; Anderson, E. F., 1993, *Plants and people of the Golden Triangle*. Dioscorides Press. p 211 ; Bailey, C. and Danin, A., 1981, *Bedouin Plant Utilization in Sinai and the Negev*. *Economic Botany* 35(2): 145-162 ; Blamey, M and Grey-Wilson, C., 2005, *Wild flowers of the Mediterranean*. A & C Black London. p 157 ; Bodkin, F., 1991, *Encyclopedia Botanica*. Cornstalk publishing, p 477 ; Bremness, L., 1994, *Herbs*. Collins Eyewitness Handbooks. Harper Collins. p 171 ; Brickell, C. (Ed.), 1999, *The Royal Horticultural Society A-Z Encyclopedia of Garden Plants*. Convent Garden Books. p 441 ; Brouk, B., 1975, *Plants Consumed by Man*. Academic Press, London. p 108, 299 ; Brown, D., 2002, *The Royal Horticultural Society encyclopedia of Herbs and their uses*. DK Books. p 215 ; Burkill, H. M., 1985, *The useful plants of west tropical Africa*, Vol. 5. Kew. ; Burkill, I.H., 1966, *A Dictionary of the Economic Products of the Malay Peninsula*. Ministry of Agriculture and Cooperatives, Kuala Lumpur, Malaysia. Vol 1 (A-H) p 1044 ; Burnie, G & Fenton-Smith, J., 1999, *A Grower's Guide to Herbs*. Murdoch Books. p 33 ; Cheifetz, A., (ed), 1999, *500 popular vegetables, herbs, fruits and nuts for Australian Gardeners*. Random House p 125 ; Copley, L.S. (rev. Steele, W.M.) 2nd Ed., 1976, *An Introduction to the Botany of Tropical Crops*. Longmans. p 249 ; Cundall, P., (ed.), 2004, *Gardening Australia: flora: the gardener's bible*. ABC Books. p 606 ; Curtis, W.M., 1963, *The Students Flora of Tasmania Vol 2* p 259 ; Dashorst, G.R.M., and Jessop, J.P., 1998, *Plants of the Adelaide Plains & Hills*. Botanic Gardens of Adelaide and State Herbarium. p 114 ; Della, A., et al, 2006, *An ethnobotanical survey of wild edible plants of Paphos and Larnaca countryside of Cyprus*. *J. Ethnobiol. Ethnomed*. 2:34 ; Ertug, F., 2004, *Wild Edible Plants of the Bodrum Area*. (Mugla, Turkey). *Turk. J. Bot.* 28 (2004): 161-174 ; Esperanca, M. J., 1988. *Surviving in the wild. A glance at the wild plants and their uses*. Vol. 1. p 346 ; Facciola, S., 1998, *Cornucopia 2: a Source Book of Edible Plants*. Kampong Publications, 18 ; FAO, 1988, *Traditional Food Plants*, FAO Food and Nutrition Paper 42. FAO Rome p 295 ; Fowler, D. G., 2007, *Zambian Plants: Their Vernacular Names and Uses*. Kew.

p 76 ; French, B.R., 1986, *Food Plants of Papua New Guinea*, A Compendium. Asia Pacific Science Foundation p 349 ; Grubben, G. J. H. and Denton, O. A. (eds), 2004, *Plant Resources of Tropical Africa 2. Vegetables*. PROTA, Wageningen, Netherlands. p 562 ; Gard. dict. ed. 8: *Foeniculum* no. 1. 1768 ; Gonzalez, J. A., et al, 2011, The consumption of wild and semi-domesticated edible plants in the Arribes del Duero (Salamanca-Zamora, Spain): an alysis of traditional knowledge. *Genetic. Resour Crop Evolution* 58:991-1006 (As *Foeniculum vulgare* var. *piperitum*) ; Hadfield, J., 2001, *The A-Z of Vegetable Gardening in South Africa*. Struik p 134 ; Hedrick, U.P., 1919, (Ed.), *Sturtevant's edible plants of the world*. p 311 ; Hinnawi, N. S. A., 2010, An ethnobotanical study of wild edible plants in the Northern West Bank "Palestine". An-Najah National University. p 91 ; Hussey, B.M.J., Keighery, G.J., Cousens, R.D., Dodd, J., Lloyd, S.G., 1997, *Western Weeds. A guide to the weeds of Western Australia*. Plant Protection Society of Western Australia. p 84 ; Hutton, W., 1997, *Tropical Herbs and Spices of Indonesia*. Periplus. p 30 ; Hu, Shiu-ying, 2005, *Food Plants of China*. The Chinese University Press. p 597 ; Jardin, C., 1970, *List of Foods Used In Africa*, FAO Nutrition Information Document Series No 2.p 79 ; Joyce, D., 1998, *The Garden Plant Selector*. Ryland, Peters and Small. p 228 ; Kargioglul, M. et al, 2010, *Traditional Uses of Wild Plants in the Middle Aegean Region*. *Human Ecology* 38:429-450 ; Kiple, K.F. & Ornelas, K.C., (eds), 2000, *The Cambridge World History of Food*. CUP p 433, 1773 ; Kybal, J., 1980, *Herbs and Spices, A Hamlyn Colour Guide*, Hamlyn Sydney p 98 ; Lamp, C & Collet F., 1989, *Field Guide to Weeds in Australia*. Inkata Press. p 124 ; Lazarides, M. & Hince, B., 1993, *Handbook of Economic Plants of Australia*, CSIRO. p 116 ; Lentini, F. and Venza, F., 2007, *Wild food plants of popular use in Sicily*. *J Ethnobiol Ethnomedicine*. 3: 15 (As *Foeniculum vulgare* var. *piperitum*) ; Low, T., 1991, *Wild Herbs of Australia and New Zealand*. Angus & Robertson. p 64 (Drawing) ; Mabey, R., 1973, *Food for Free. A Guide to the edible wild plants of Britain*, Collins. p 126 ; Manandhar, N.P., 2002, *Plants and People of Nepal*. Timber Press. Portland, Oregon. p 238 ; Marinelli, J. (Ed), 2004, *Plant. DK*. p 455 ; Martin, F.W. & Ruberte, R.M., 1979, *Edible Leaves of the Tropics*. Antillian College Press, Mayaguez, Puerto Rico. p 101, 222 ; Michael, P., 2007, *Edible Wild Plants and Herbs*. Grub Street. London. p 93 ; Molla, A., *Ethiopian Plant Names*. <https://www.ethiopic.com/aplants.htm> ; Morley, B.D., & Toelken, H.R., (Eds), 1983, *Flowering Plants in Australia*. Rigby. p 218 ; Morley, B. & Everard, B., 1970, *Wild Flowers of the World*. Ebury press. Plate 17 ; Niwano, Y. et al., 2009, *Extensive Screening for Plant Foodstuffs in Okinawa, Japan with Anti-Obese Activity on Adipocytes, in vitro*. *Plant Foods in Human Nutrition* 64:6-10 ; Pieroni, A., 1999, *Gathered wild food plants in the Upper Valley of the Serchio River (Garfagnana), Central Italy*. *Economic Botany* 53(3) pp 327-341 ; *Plants For A Future database, The Field, Penpol, Lostwithiel, Cornwall, PL22 0NG, UK*. <https://www.scs.leeds.ac.uk/pfaf/> ; *Plants of Haiti Smithsonian Institute* <https://botany.si.edu> ; PROSEA (Plant Resources of South East Asia) handbook, Volume 13, 1999, *Spices*. ; Purseglove, J.W., 1968, *Tropical Crops Dicotyledons*, Longmans. p 651 ; Rashid, H. E., 1977, *Geography of Bangladesh*. Westview. p 281 ; Redzic, S. J., 2006, *Wild Edible Plants and their Traditional Use in the Human Nutrition in Bosnia-Herzegovina*. *Ecology of Food and Nutrition*, 45:189-232 ; Rigat, M et al, 2009, *Ethnobotany of Food Plants in the High River Ter Valley (Pyrenees, catalonia, Iberian Peninsula): Non-Crop Food Vascular Plants and Crop Food Plants with medicinal Properties*. *Ecology of Food and Nutrition*, 48:303-327 ; Sanchez-Mata, M. C., et al, 2010, *Wild vegetables of the Mediterranean area as valuable sources of bioactive compounds*. *Genet. Resourc. Crop Evol.* 59:431-443 ; Schneider, E., 2001, *Vegetables from Amaranth to Zucchini: The essential reference*. HarperCollins. p 275 ; Skinner, G. & Brown, 1981, C., *Simply Living. A gatherer's guide to New Zealand's fields, forests and shores*. Reed. p 9 ; Solomon, C., 2001, *Encyclopedia of Asian Food*. New Holland. p 143 ; Staples, G.W. and Herbst, D.R., 2005, *A tropical Garden Flora*. Bishop Museum Press, Honolulu, Hawaii. p 115 ; Stern, G., 1986, *Australian Weeds. A Source of Food and Medicine*. Harper & Row. p 86 ; Tindall, H.D., 1983, *Vegetables in the Tropics*, Macmillan p 409 ; Tronickova, E. & Krejcova, Z., 1987, *Ortaggi*, Instituto Geografico de Agostini, Cecoslovacchia. p 184 ; Tukan, S. K., et al, 1998, *The use of wild edible plants in the Jordanian diet*. *International Journal of Food Sciences and Nutrition*. 49:225-235 ; van Wyk, B., 2005, *Food Plants of the World. An illustrated guide*. Timber press. p 196 ; van Wyk, Be., & Gericke, N., 2007, *People's plants. A Guide to Useful Plants of Southern Africa*. Briza. p 88 ; Woodward, P., 2000, *Asian Herbs and Vegetables*. Hyland House. p 14 ; www.chileflora.com