

Geum urbanum L., 1753 (Benoîte commune ou benoîte commune)

Identifiants : 14832/geuurb

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

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 03/05/2024

- Classification phylogénétique :

- Clade : Angiospermes ;
- Clade : Dicotylédones vraies ;
- Clade : Rosidées ;
- Clade : Fabidées ;
- Ordre : Rosales ;
- Famille : Rosaceae ;

- Classification/taxinomie traditionnelle :

- Règne : Plantae ;
- Division : Magnoliophyta ;
- Classe : Magnoliopsida ;
- Ordre : Rosales ;
- Famille : Rosaceae ;
- Genre : Geum ;

- Synonymes : Geum rivale subsp. urbanum A. Love & D. Love ;

- Synonymes français : herbe du bon soldat, benoîte, benoîte, benoîte des villes, benoîte urbaine, herbe de Saint Benoît ;

- Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : wood avens, herb bennet, avens, clove-root, herb benedict, Avens, Blazenak, Cerentel, Clove-root, Herb benedict, Maamool, Meryemotu, Navadna sretena, Prestrit, Pristrit ;



- Note comestibilité : ***

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

Feuille (jeunes (cruées¹ ou cuites¹) ou plus âgées (sel aux herbes¹)), fleur¹ (décoratives (cruées¹ / cuites¹) ; dont bourgeons (cuits¹)) et racine (aromatisantes (cruées¹ / cuites¹)) comestibles.

Détails :

Feuilles, racine, épice^{{{(0(+x))}}}. Elle est utilisée comme plante/herbe potagère. Le rhizome est utilisé comme épice^{{{(0(5(+),+x))}}} (succédané de clou de girofle^{{{(0(5(+),+x))}}}, ^{{{(27(+x))}}}μ, avec un soupçon de cannelle dans la saveur^{{{(0(5(+),+x))}}} dans les soupes et les sauces^{{{(0(5(+),+x))}}} ; elle sert aussi à aromatiser^{{{(0(5(+),+x))}}} les ales^{{{(0(5(+),+x))}}} (bières anglaises ou à fermentation haute^{{{(dp^*)}}}, bières et liqueurs^{{{(27(+x))}}} ; la racine est également bouillie pour en faire une boisson^{{{(5(+))}}} ; elle est utilisée de préférence au printemps ; elle mesure jusqu'à 5cm de long^{{{(5(+))}}}.

Les feuilles sont utilisées pour le thé ; jeunes feuilles consommées en salade^{{{(27(+x))}}}. Feuilles cuites comme potherbe^{{{(dp^*)}}}.

Les jeunes pousses sont utilisées comme potasse. Le rhizome est utilisé comme épice dans les soupes et les sauces. Les feuilles sont utilisées pour le thé. Il est utilisé pour aromatiser la bière



néant, inconnus ou indéterminés. néant, inconnus ou indéterminés.

- **Note médicinale** : ***

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



Par Lindman C.A.M. (*Bilder ur Nordens Flora*, vol. 2: t. 303, 1922), via plantillustrations.org

- **Autres infos** :

dont infos de "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

- **Distribution** :

C'est une plante tempérée. Il a besoin d'un sol léger à moyen bien drainé. Il a besoin d'une position ensoleillée ouverte. Il est résistant au gel mais sensible à la sécheresse. Il convient à la zone de rusticité 7^{{{(0+X)}}} (traduction automatique).

Original : It is a temperate plant. It needs a light to medium well-drained soil. It needs an open sunny position. It is resistant to frost but sensitive to drought. It suits hardiness zone 7^{{{(0+X)}}}.

- **Localisation** :

Africa, Asia, Australia, Balkans, Bosnia, Britain, Caucasus, Czech Republic, Estonia, Europe, France, Germany, Himalayas, India, Iran, Iraq, Ireland, Macedonia, Mediterranean, Moldova, New Zealand, North Africa, Norway, Russia, Scandinavia, Siberia, Slovakia, Slovenia, Spain, Sweden, Syria, Tasmania, Turkey^{{{(0+X)}}} (traduction automatique).

Original : Africa, Asia, Australia, Balkans, Bosnia, Britain, Caucasus, Czech Republic, Estonia, Europe, France, Germany, Himalayas, India, Iran, Iraq, Ireland, Macedonia, Mediterranean, Moldova, New Zealand, North Africa, Norway, Russia, Scandinavia, Siberia, Slovakia, Slovenia, Spain, Sweden, Syria, Tasmania, Turkey^{{{(0+X)}}}.

- **Notes** :

Il existe environ 40 espèces de Geum^{{{(0+X)}}} (traduction automatique).

Original : There are about 40 Geum species^{{{(0+X)}}}.

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

- **Tela Botanica** : <https://www.tela-botanica.org/bdtfx-nn-30154> ;
- **Wikipedia** :
 - [https://fr.wikipedia.org/wiki/Beno%C3%AFete_des_ruisseaux_\(en_français\)](https://fr.wikipedia.org/wiki/Beno%C3%AFete_des_ruisseaux_(en_fran%C3%A7ais)) ;
 - https://en.wikipedia.org/wiki/Geum_rivale (source en anglais) ;
 - <https://de.wikipedia.org/wiki/Bach-Nelkenwurz> (source en anglais) ;
- ⁵ **"Plants For a Future" (en anglais)** : [5https://www.pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Geum+urbanum](https://www.pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Geum+urbanum) ;

dont classification :

- **"The Plant List" (en anglais)** : www.theplantlist.org/tpl1.1/record/tro-27800074 ;
- **"GRIN" (en anglais)** : <https://npgsweb.ars-grin.gov/gringlobal/taxon/taxonomydetail?id=17518> ;

dont livres et bases de données : ⁰ **"Food Plants International" (en anglais)**, 1 *Plantes sauvages comestibles* (livre pages 170 et 171, par S.G. Fleischhauer, J. Guthmann et R. Spiegelberger), 27 *Dictionnaire des plantes comestibles* (livre, page 146, par Louis Bubenicek) ;

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

Ambasta, S.P. (Ed.), 2000, *The Useful Plants of India*. CSIR India. p 235 ; Bremness, L., 1994, *Herbs*. Collins Eyewitness Handbooks. Harper Collins. p 174 ; Brown, D., 2002, *The Royal Horticultural Society encyclopedia of Herbs and their uses*. DK Books. p 224 ; Facciola, S., 1998, *Cornucopia 2: a Source Book of Edible Plants*. Kampong Publications, p 199 ; Hedrick, U.P., 1919, (Ed.), *Sturtevant's edible plants of the world*. p 328 ; Hibbert, M., 2002, *The Aussie Plant Finder 2002*, Florilegium. p 111 ; Kiple, K.F. & Ornelas, K.C., (eds), 2000, *The Cambridge World History of Food*. CUP p 432, 1785 ; Michael, P., 2007, *Edible Wild Plants and Herbs*. Grub Street. London. p 123 ; *Plants For A Future database*, The Field, Penpol, Lostwithiel, Cornwall, PL22 0NG, UK. <https://www.scs.leeds.ac.uk/pfaf/> ; 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 ; Sp. pl. 1:501. 1753 ; *Tasmanian Herbarium Vascular Plants list* p 48 (*As Geum urbanum var. strictum*)