

Impatiens capensis Meerb., 1775 (Balsamine du Cap)

Identifiants : 16741/impcap

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

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 04/05/2024

- **Classification phylogénétique :**

- Clade : Angiospermes ;
- Clade : Dicotylédones vraies ;
- Clade : Astéridées ;
- Ordre : Ericales ;
- Famille : Balsaminaceae ;

- **Classification/taxinomie traditionnelle :**

- Règne : Plantae ;
- Division : Magnoliophyta ;
- Classe : Magnoliopsida ;
- Ordre : Geraniales ;
- Famille : Balsaminaceae ;
- Genre : Impatiens ;

- **Synonymes :** *Impatiens biflora* Walter, *Impatiens fulva* Nutt ;

- **Synonymes français :** balsamine orangée, impatiente du Cap, impatiente orangée ;

- **Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) :** jewel-weed (jewel weed), touch-me-not, spotted touch-me-not, orange flowered jewelweed, orange jewelweed, common jewelweed, spotted jewelweed, orange balsam ;



- **Note comestibilité :** ***

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

Feuille (jeunes feuilles^{0(+x),{{(27(+x))}}}, pousses^{27(+x)} et tiges^{μ{{(0(+x))}}} cuites^(dp^{*}) {bouillies^{0(+x),27(+x)}, à deux eaux^{{{(27(+x))}}} [nourriture/aliment^{{{(dp^{*})}}} {comme légume^{{{(27(+x))}}}]} et fruit (graines^{0(+x)} [nourriture/aliment^{{{(dp^{*})}}}]) comestibles^{0(+x)}.(1*)

Détails :

Feuilles, graines, tiges, attention^{{{(0(+x))}}}.

Jeunes feuilles^{0(+x),{{(27(+x))}}}, pousses^{27(+x)} et tiges^{{{(0(+x))}}} consommées bouillies^{{{(0(+x),{{(27(+x))}}}, à deux eaux, comme légume^{{{(27(+x))}}} (ex. : potherbe^{{{(dp^{*})}}}).

Les très jeunes tiges succulentes sont découpées et cuites comme les haricots verts ; elles sont servies avec une sauce à la crème^{{{(0(+x))}}}.(1*)

Les feuilles et les tiges sont bouillies et mangées. Les très jeunes tiges succulentes sont coupées et cuites comme des haricots verts. Ils sont servis avec une sauce à la crème. Attention: Il peut contenir des oxalates



(1*)ATTENTION : la plante peut contenir des oxalates ; l'ingestion régulière de grandes quantités de ces plantes peut être dangereux en raison de leur haute teneur en minéraux ; ce rapport, qui paraît absurde, pourrait se référer à l'oxalate de calcium qui peut être nocif cru mais est détruit en faisant bien cuire ou sécher la plante ; les personnes ayant une tendance

aux rhumatismes, l'arthrite, la goutte, les calculs rénaux et l'hyperacidité devraient prendre des précautions particulières si elles incluent cette plante dans leur alimentation ; voir fiche toxine, pour plus d'informations.(1*)ATTENTION^{(0(+x))} : la plante peut contenir des oxalates^{{{(0(+x))}}} ; l'ingestion régulière de grandes quantités de ces plantes peut être dangereux en raison de leur haute teneur en minéraux ; ce rapport, qui paraît absurde, pourrait se référer à l'oxalate de calcium qui peut être nocif cru mais est détruit en faisant bien cuire ou sécher la plante ; les personnes ayant une tendance aux rhumatismes, l'arthrite, la goutte, les calculs rénaux et l'hyperacidité devraient prendre des précautions particulières si elles incluent cette plante dans leur alimentation^{{{(5(+))}}} ; voir fiche toxine, pour plus d'informations^{{{(dp*)}}}.

• Note médicinale : **

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



Par Meerburgh N. (Afbeeldingen van zeldzaame gewassen, t. 10, 1775), via plantillustration.org

• Autres infos :

dont infos de "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

◦ Distribution :

C'est une plante tempérée. Il pousse dans les endroits ombragés des bois de peupliers. Il est préférable dans les endroits humides^{{{(0(+x)) (traduction automatique)}}.

Original : It is a temperate plant. It grows in shady places in poplar woods. It is best in moist places^{{{(0(+x))}}}.

◦ Localisation :

Australie, Grande-Bretagne, Canada, Europe, Finlande, France, Pays-Bas, Amérique du Nord, Pologne, Scandinavie, Suède, USA ^{*(0(+x)) (traduction automatique)}.

Original : Australia, Britain, Canada, Europe, Finland, France, Netherlands, North America, Poland, Scandinavia, Sweden, USA ^{*(0(+x))}.

◦ Notes :

Il existe environ 850 espèces d'Impatiens^{{{(0(+x)) (traduction automatique)}}.

Original : There are about 850 Impatiens species^{{{(0(+x))}}}.

• Liens, sources et/ou références :

- Tela Botanica : <https://www.tela-botanica.org/bdtfx-nn-35711> ;
- "Dave's Garden" (en anglais) : <https://davesgarden.com/guides/pf/go/1431/#b> ;
- Wikipedia :
 - https://fr.wikipedia.org/wiki/Impatiens_du_Cap (en français) ;
 - https://en.wikipedia.org/wiki/Impatiens_capensis (source en anglais) ;

◦ ⁵"Plants For a Future" (en anglais) : [5https://www.pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Impatiens+capensis](https://www.pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Impatiens+capensis) ;

dont classification :

- "The Plant List" (en anglais) : www.theplantlist.org/tpl1.1/record/kew-2862264 ;
- "GRIN" (en anglais) : <https://npgsweb.ars-grin.gov/gringlobal/taxon/taxonomydetail?id=19813> ;

dont livres et bases de données : ⁰"Food Plants International" (en anglais) ;

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

Afb. zeldz. gew. t. 10. 1775 ; Bodkin, F., 1991, Encyclopedia Botanica. Cornstalk publishing, p 580 (As Impatiens biflora) ; Cormack, R. G. H., 1967, Wild Flowers of Alberta. Commercial Printers Edmonton, Canada. p 198 ; Duke, J. A., 1992, Handbook of Edible Weeds. CRC Press. p 114 ; Elias, T. S. & Dykeman P.A., 1990, Edible Wild Plants. A North American Field guide. Sterling, New York p 119 (As Impatiens biflora) ; Esperanca, M. J., 1988. Surviving in the wild. A glance at the wild plants and their uses. Vol. 2. p 110 ; Facciola, S., 1998, Cornucopia 2: a Source Book of Edible Plants. Kampong Publications, p 45 ; Kiple, K. F. & Ornelas, K. C., (eds), 2000, The Cambridge World History of Food. CUP p 1793 ; Mabey, R., 1973, Food for Free. A Guide to the edible wild plants of Britain, Collins. p 104 ; MacKinnon, A., et al, 2009, Edible & Medicinal Plants of Canada. Lone Pine. p 223 ; Plants For A Future database, The Field, Penpol, Lostwithiel, Cornwall, PL22 0NG, UK. <https://www.scs.leeds.ac.uk/pfaf/>