Inula helenium L., 1753
(Aunée)

Identifiants : 16977/inuhel

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 : Astéridées ;***
    - ***Clade : Campanulidées ;***
    - ***Ordre : Asterales ;***
    - ***Famille : Asteraceae ;***
- ***Classification/taxinomie traditionnelle :***
    - ***Règne : Plantae ;***
    - ***Division : Magnoliophyta ;***
    - ***Classe : Magnoliopsida ;***
    - ***Ordre : Asterales ;***
    - ***Famille : Asteraceae ;***
    - ***Genre : Inula ;***
- ***Synonymes : Aster helenium (L.) Scop, Aster officinalis All, Corvisartia helenium (L.) Merat, Helenium grandiflorum Gilib ;***
- ***Synonymes français : grande aunée, inule aunée, oeil-de-cheval (oeil de cheval), inule hélénie, aillaume, aromate germanique, astre de chien, aunée officinale, enule campane (enule campagne = faute d'orthographe ? (qp*)), hélénine lionne, inule, panacée de Chiron, quinquina indigène, soleil vivace ;***
- ***Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : elecampane, scabwort, horseheal, elf dock , Alant (de) ;***
- ***Rusticité (résistance face au froid/gel) : zone 5 ;***

- ***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/souples ; saisies1)µ, fleur1 (ligules ; décoratives (crues ou cuites)1) et racine (cuites (sirop/compote sucrée)1)(1*). comestibles.(1*)

  Détails :

  Feuilles, racine, herbe, épice, fleurs$^{\{\{\{0(+x)}$.

  La racine$^{\{\{\{0(+x),27(+x)}$ est râpée et utilisé comme épice$^{\{\{\{0(+x)}$ et aromate de liqueurs$^{\{\{\{27(+x)}$; elle est également transformé en bonbons, confitures et sirop ; elle est aussi utilisée pour aromatiser les puddings, les sauces pour poissons, la bière et les cordiaux.

  Les fleurs et les jeunes feuilles sont mangées ; elles sont amères$^{\{\{\{0(+x)}$; les jeunes feuilles sont consommées comme légume$^{\{\{\{27(+x)}$ (ex. : potherbe$^{\{\{\{(dp*)}$).(1*)

  La racine est râpée et utilisée comme épice. Il est également transformé en bonbons, friandises et sirop. Il est également utilisé pour parfumer les puddings, la sauce de poisson, la bière et les sirops. Les fleurs et les jeunes feuilles sont mangées. Ils sont amers. Ils sont mieux cuisinés

(1*)ATTENTION : la consommation{{{1 (excessive) de la racine peut entrainer/causer/engendrer/provoquer une réaction alleregique chez certaines personnes(1*)ATTENTION : la consommation{{{1 (excessive [(dp*)]) de la racine peut entrainer/causer/engendrer/provoquer une réaction alleregique chez certaines personnes[{{{~~1]

- ***Note médicinale : ******

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

Par Köhler F.E. (Medizinal Pflanzen, vol. 2: t. 9, 1890), via plantillustrations.org

- ***Autres infos : Plante cultivée localement[{{{27(+x)].***

dont infos de "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

  - ***Distribution :***

    C'est une plante tempérée. Il fait bien dans les endroits humides et ensoleillés. Il convient aux zones de rusticité 5-10. Dans les jardins botaniques de Hobart[{{{0(+x) (traduction automatique)].

    Original : It is a temperate plant. It does well in wet, sunny locations. It suits hardiness zones 5-10. In Hobart Botanical gardens[{{{0(+x)].

  - ***Localisation :***

    Argentine, Asie, Australie, Balkans, Bosnie, Grande-Bretagne, Canada, Chine, Europe, Inde, Italie, Japon, Kirghizistan, Lituanie, Macédoine, Méditerranée, Amérique du Nord, Russie, Slovaquie, Slovénie, Amérique du Sud, Espagne, Tadjikistan, Tasmanie, Turquie, USA, Ouzbékistan[{{{0(+x) (traduction automatique)].

    Original : Argentina, Asia, Australia, Balkans, Bosnia, Britain, Canada, China, Europe, India, Italy, Japan, Kyrgyzstan, Lithuania, Macedonia, Mediterranean, North America, Russia, Slovakia, Slovenia, South America, Spain, Tajikistan, Tasmania, Turkey, USA, Uzbekistan[{{{0(+x)].

  - ***Notes :***

    Il existe environ 100 espèces d'Inula. Il est utilisé en médecine[{{{0(+x) (traduction automatique)].

    Original : There are about 100 Inula species. It is used in medicine[{{{0(+x)].

- ***Arôme et/ou texture : épicé, amer, aromatique, proche de la chicorée ;***

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

  - ***Tela Botanica :*** https://www.tela-botanica.org/bdtfx-nn-75190 ***;***
  - ***PASSEPORTSANTÉ.NET :*** https://www.passeportsante.net/fr/Solutions/HerbierMedicinal/Plante.aspx?doc=aunee_hm ***;***
  - ***Jardin! L'Encyclopédie :*** https://nature.jardin.free.fr/1110/inula_helenium.html ***;***
  - ***Wikipedia :***
    - https://fr.wikipedia.org/wiki/Grande_Aun%C3%A9e (en français) ***;***
    - https://de.wikipedia.org/wiki/Echter_Alant (source en allemand) ***;***

dont classification :

- ***"The Plant List" (en anglais) :*** www.theplantlist.org/tpl1.1/record/gcc-81480 ***;***
- ***"GRIN" (en anglais) :*** https://npgsweb.ars-grin.gov/gringlobal/taxon/taxonomydetail?id=20121 ***;***

dont livres et bases de données : 0"Food Plants International" (en anglais), 1Plantes sauvages comestibles (livre pages 69 et 70, par S.G. Fleischhauer, J. Guthmann et R. Spiegelberger), 27Dictionnaire des plantes comestibles (livre, page 163, par Louis Bubenicek) ;

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

Bremness, L., 1994, Herbs. Collins Eyewitness Handbooks. Harper Collins. p 178 ; Brown, D., 2002, The Royal Horticultural Society encyclopedia of Herbs and their uses. DK Books. p 242 ; Burkill, I.H., 1966, A Dictionary of the Economic Products of the Malay Peninsula. Ministry of Agriculture and Cooperatives, Kuala Lumpur, Malaysia. Vol 2 (I-Z) p 1265 ; Cundall, P., (ed.), 2004, Gardening Australia: flora: the gardener's bible. ABC Books. p 736 ; Esperanca, M. J., 1988. Surviving in the wild. A glance at the wild plants and their uses. Vol. 1. p 335 ; Facciola, S., 1998, Cornucopia 2: a Source Book of Edible Plants. Kampong Publications, p 40 ; Hibbert, M., 2002, The Aussie Plant Finder 2002, Florilegium. p 146 ; Kiple, K.F. & Ornelas, K.C., (eds), 2000, The Cambridge World History of Food. CUP p 433, 1771 ; MacKinnon, A., et al, 2009, Edible & Medicinal Plants of Canada. Lone Pine. p 344 ; 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 ; Slocum, P.D. & Robinson, P., 1999, Water Gardening. Water Lilies and Lotuses. Timber Press. p 123 ; Sp. pl. 2:881. 1753