

# Lactuca perennis L., 1753 (Laitue vivace)

Identifiants : 17730/lacper

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

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 10/05/2024

- **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 : Lactuca ;

- **Synonymes :** Cyanoseris perennis Schur, Lactuca deggleriana Hegetschw ;

- **Synonymes français :** laitue sauvage, salade de lièvre, lâche, laitue de bruyère, chevresse, corne de cerf, egreville, gredille, licochet, lôche ;

- **Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) :** perennial lettuce, mountain lettuce, blue lettuce , Blauer Lattich (de), lattuga montana (it), blåsallat (sv) ;



- **Note comestibilité :** \*\*\*

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

Feuille (jeunes feuilles<sup>{{(0+X)}}</sup>,<sup>{{(-27+X)}}</sup> [nourriture/aliment : crues<sup>{{(dp\*)(0+X),27+X}}</sup> {en salade<sup>{{(0+X)}}</sup>,<sup>{{(27+X)}}</sup>} ou cuites<sup>{{(0+X)}}</sup>] et feuilles<sup>0+X</sup> plus âgées [nourriture/aliment<sup>{{(dp\*)(0+X)}}</sup> : blanchies {en salade} ou cuites<sup>{{(0+X)}}</sup>]) comestible<sup>0+X</sup>.

Détails :

Feuilles. Les feuilles jeunes<sup>{{(0+X)}}</sup> (jeunes plantes<sup>{{(27+X)}}</sup>) ou blanchies sont utilisées<sup>{{(0+X)}}</sup> (consommées<sup>27+X</sup>) dans les salades<sup>{{(0+X),27+X}}</sup> ; elles peuvent être consommées cuites<sup>{{(0+X)}}</sup> (ex. : comme potherbe<sup>{{(dp\*)}}</sup>).

Les feuilles jeunes ou blanchies sont utilisées dans les salades. Ils peuvent être consommés bouillis



**ATTENTION :** plante protégée en Aquitaine. Bien qu'aucune mention spécifique de la toxicité n'ait été vu pour cette espèce, de nombreuses plantes de ce genre contiennent un principe narcotique, lequel atteint sa concentration maximale lorsque la plante commence à fleurir ; ce principe est également toujours présent chez les espèces cultivées, mais uniquement lorsque la plante commence à monter à graines. **ATTENTION :** plante protégée en Aquitaine<sup>{{(TB)}}</sup>. Bien qu'aucune mention spécifique de la toxicité n'ait été vu pour cette espèce, de nombreuses plantes de ce genre contiennent un principe narcotique, lequel atteint sa concentration maximale lorsque la plante commence à fleurir<sup>{{(5+)}}</sup> ; ce principe est également toujours présent chez les espèces cultivées, mais uniquement lorsque la plante commence à monter à graines<sup>{{(dp\*)(5+)}}</sup>.

- **Note médicinale :** \*\*

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



Par Oltmanns F. (Pflanzenleben des Schwarzwaldes, t. 197a, 1927) [H. Hohen?], via [plantillustrations.org](http://plantillustrations.org)

- **Autres infos :**

dont infos de "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

- **Distribution :**

**C'est une plante tempérée. Il pousse dans des habitats secs et sur des sols rocheux et caillouteux. C'est généralement sur du calcaire. Il convient à la zone de rusticité 5<sup>(((0(+x)) (traduction automatique))</sup>.**

**Original : It is a temperate plant. It grows in dry habitats and on rocky and stony ground. It is usually on limestone. It suits hardiness zone 5<sup>(((0(+x))</sup>.**

- **Localisation :**

**Balkans, Bosnie, Croatie, Europe, France, Grèce, Italie, Méditerranée, Slovénie, Yougoslavie<sup>(((0(+x)) (traduction automatique))</sup>.**

**Original : Balkans, Bosnia, Croatia, Europe, France, Greece, Italy, Mediterranean, Slovenia, Yugoslavia<sup>(((0(+x))</sup>.**

- **Notes :**

**Il existe environ 20 espèces de Lactuca<sup>(((0(+x)) (traduction automatique))</sup>.**

**Original : There are about 20 Lactuca species<sup>(((0(+x))</sup>.**

- **Nombre de graines au gramme :** 1000 ;

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

- **Tela Botanica :** <https://www.tela-botanica.org/bdtfx-nn-75204> ;
- **FloreAlpes :** [https://www.floreAlpes.com/fiche\\_laituevivace.php](https://www.floreAlpes.com/fiche_laituevivace.php) ;
- **FLEURS DU SUD :** <https://www.fleursdusud.fr/index.php/in/koc-las/760-lactuca-perennis--laitue-vivace--asteracees--composees-> ;
- **Saveurs randos :** <https://www.saveursrandos.com/laitue-vivace-lactuca-perennis.html> ;
- **Wikipedia :**
  - [https://fr.wikipedia.org/wiki/Laitue\\_vivace](https://fr.wikipedia.org/wiki/Laitue_vivace) (en français) ;
  - [https://en.wikipedia.org/wiki/Lactuca\\_perennis](https://en.wikipedia.org/wiki/Lactuca_perennis) (source en anglais) ;
  - [https://de.wikipedia.org/wiki/Blauer\\_Lattich](https://de.wikipedia.org/wiki/Blauer_Lattich) (source en allemand) ;
- <sup>5</sup>**"Plants For a Future" (en anglais) :** [https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Lactuca\\_perennis](https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Lactuca_perennis) ;

**dont classification :**

- **"The Plant List" (en anglais) :** [www.theplantlist.org/tpl1.1/record/gcc-118579](http://www.theplantlist.org/tpl1.1/record/gcc-118579) ;
- **"GRIN" (en anglais) :** <https://npgsweb.ars-grin.gov/gringlobal/taxon/taxonomydetail?id=21352> ;

**dont livres et bases de données :** <sup>0</sup>**"Food Plants International" (en anglais), 27Dictionnaire des plantes comestibles (livre, page 168, par Louis Bubenicek) ;**

dont biographie/références de <sup>0</sup>"FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

*Blamey, M and Grey-Wilson, C., 2005, Wild flowers of the Mediterranean. A & C Black London. p 467 ; Facciola, S., 1998, Cornucopia 2: a Source Book of Edible Plants. Kampong Publications, p 40 ; 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. 2:796. 1753*