Althaea officinalis L., 1753
(Guimauve officinale)

Identifiants : 1920/altoff

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 : Rosidées ;***
    - ***Clade : Malvidées ;***
    - ***Ordre : Malvales ;***
    - ***Famille : Malvaceae ;***
- ***Classification/taxinomie traditionnelle :***
    - ***Règne : Plantae ;***
    - ***Division : Magnoliophyta ;***
    - ***Classe : Magnoliopsida ;***
    - ***Ordre : Malvales ;***
    - ***Famille : Malvaceae ;***
    - ***Tribu : Malveae ;***
    - ***Genre : Althaea ;***
- ***Synonymes : x (=) basionym, Althaea kragujevacensis Pancic 1874, Althaea sublobata, Althaea taurinensi, Althaea vulgaris, Malva officinalis ;***
- ***Synonymes français : guimauve sauvage, bourdon de Saint Jacques, mauve blanche, guimauve, guimauve blanche ;***
- ***Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : marshmallow, white-mallow , Eibisch (de), yao kui (cn transcrit), altej lekarstvennyj (ru translittéré), malvavisco (es), läkemalva (sv), gulkhairo khatmi (hi), heemst (nl), altea (it), bismalva (it), radix althaeae (officinal) ;***
- ***Rusticité (résistance face au froid/gel) : -25°C, zone 3-7 ;***

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

  Racine (racines cuites$^{\{\{\{27(+x)}$ [nourriture/aliment$^{\{\{\{(dp*)}$, salade$^{27(+x)}$; et base boissons/breuvages : tisanes$^{\{\{\{(dp*)}$ {infusion$^{27(+x)}$}]) comestible.

  Détails :

  Feuilles - crues ou cuites ; elle sont utilisées comme plante potagère$^{\{\{\{5(+)}$ (potherbe$^{(dp*)}$) ou pour épaissir soupes$^{\{\{\{5(+)}$; lorsqu'elles sont utilisées en petites proportions avec d'autres feuilles , le goût et la texture sont acceptables , mais si un grand nombre de feuilles est cuit ensemble leur texture mucilagineuse les rend désagréable ; les feuilles peuvent être consommées crues , mais sont plutôt fibreuses et un peu poilues, bien que le goût soit doux et agréable ; nous avons trouvé qu'elles étaient tout à fait acceptables dans les salades lorqu'elles sont hachées finement$^{\{\{\{5(K)}$. Racines - crues ou cuites ; lorsqu'elles sont bouillies puis frites avec des oignons , elles sont dites faire un plat savoureux qui est souvent utilisé en période de pénurie ; la racine est utilisée comme légume, elle est également séchée puis broyée en une poudre , transormée en pâte et rôtie de faire la douce « guimauve » (marshmallow, chamallow) ; la racine contient environ 37 % d'amidon , 11 % de mucilage , 11 % de pectine ; l' eau qui reste après la cuisson d'une partie de la plante peut être utilisée comme un substitut de blanc d'oeuf dans la fabrication de meringues etc... ; l'eau de la racine est la plus efficace ; elle est concentrée par ébullition jusqu'à ce qu'elle ait une consistance semblable à du blanc d'oeuf ; un thé est fait à partir des

fleurs ; un thé peut également être réalisé à partir de la racine{{{5(+) ; *la racine de guimauve est également utilisée comme masticatoire{{{27(+x)*.

Un thé est préparé à partir des fleurs, des feuilles et des racines en poudre. Les feuilles peuvent être consommées crues ou cuites. Ils sont utilisés dans les soupes et les plats de légumes. Les racines peuvent être consommées crues ou cuites. Ils sont bouillis, tranchés et frits avec des oignons. L'eau de cuisson des racines peut être utilisée comme substitut d'œuf pour les meringues. Il était utilisé pour parfumer les guimauves

Partie testée : racine{{{0(+x) (traduction automatique)
Original : Root{{{0(+x)

Taux d'humidité	Énergie (kj)	Énergie (kcal)	Protéines (g)	Pro-vitamines A (µg)	Vitamines C (mg)	Fer (mg)	Zinc (mg)
	0	0	0	0	0	0	0

ATTENTION : pas d'effets indésirables documentés, mais des rapports anecdotiques sur des réactions allergiques et baisse de glycémie.ATTENTION : pas d'effets indésirables documentés, mais des rapports anecdotiques sur des réactions allergiques et baisse de glycémie{{{5(+).

- *Note médicinale : ******
- *Usages médicinaux : La mauve des marais est une plante médicinale domestique très utile. Ses propriétés adoucissantes apaisantes le rendent très efficace dans le traitement des inflammations et des irritations des muqueuses telles que le tube digestif, les organes urinaires et respiratoires [4, 254]. La racine combat l'excès d'acide gastrique, l'ulcération gastro-duodénale et la gastrite [254]. Il est également appliqué à l'extérieur sur les ecchymoses, les entorses, les douleurs musculaires, les piqûres d'insectes, les inflammations cutanées, les éclats, etc. [4, 238]. La plante entière, mais surtout la racine, est antitussive, adoucissante, diurétique, très émolliente, légèrement laxative et odontalgique [4, 17, 21, 46, 165]. Une infusion de feuilles est utilisée pour traiter la cystite et les mictions fréquentes [254]. Les feuilles sont récoltées en août, lorsque la plante vient juste de fleurir et peuvent être séchées pour une utilisation ultérieure [4]. La racine peut être utilisée dans une pommade pour traiter les furoncles et les abcès [254]. La racine est mieux récoltée à l'automne, de préférence sur des plantes âgées de 2 ans, et est séchée pour une utilisation ultérieure [238]. Les monographies allemandes de la Commission E, un guide thérapeutique de la phytothérapie, approuvent Althaea officinalis Marsh Mallow pour l'irritation de la bouche et de la gorge et la toux sèche / bronchite associée (racine et feuille), une légère inflammation de la muqueuse de l'estomac (racine) (voir [302] pour les critiques de la commission E). ;*
  Marsh mallow is a very useful household medicinal herb. Its soothing demulcent properties make it very effective in treating inflammations and irritations of the mucous membranes such as the alimentary canal, the urinary and the respiratory organs[4, 254]. The root counters excess stomach acid, peptic ulceration and gastritis[254]. It is also applied externally to bruises, sprains, aching muscles, insect bites, skin inflammations, splinters etc[4, 238]. The whole plant, but especially the root, is antitussive, demulcent, diuretic, highly emollient, slightly laxative and odontalgic[4, 17, 21, 46, 165]. An infusion of the leaves is used to treat cystitis and frequent urination[254]. The leaves are harvested in August when the plant is just coming into flower and can be dried for later use[4]. The root can be used in an ointment for treating boils and abscesses[254]. The root is best harvested in the autumn, preferably from 2 year old plants, and is dried for later use[238]. The German Commission E Monographs, a therapeutic guide to herbal medicine, approve Althaea officinalis Marsh Mallow for irritation of mouth and throat and associated dry cough/bronchitis (Root and leaf), mild stomach lining inflammation (root) (see [302] for critics of commission E).
- *Usages médicinaux : La racine séchée est utilisée comme brosse à dents ou est mâchée par les enfants qui font leurs dents [6, 7]. Il a un effet mécanique sur les gencives tout en aidant à soulager la douleur. La racine est également utilisée comme cosmétique, aidant à adoucir la peau [7]. Une fibre de la tige et des racines est utilisée dans la fabrication du papier [46, 61, 74, 115]. La racine séchée et en poudre a été utilisée pour lier les ingrédients actifs lors de la fabrication de pilules à usage médical [268]. Une colle peut être fabriquée à partir de la racine [74]. La racine est bouillie dans l'eau jusqu'à ce qu'un sirop épais soit laissé dans la casserole, ce sirop est utilisé comme colle. Une huile issue de la graine est utilisée dans la fabrication de peintures et de vernis [74]. ;*
  The dried root is used as a toothbrush or is chewed by teething children[6, 7]. It has a mechanical affect on the gums whilst also helping to ease the pain. The root is also used as a cosmetic, helping to soften the skin[7]. A fibre from the stem and roots is used in paper-making[46, 61, 74, 115]. The dried and powdered root has been used to bind the active ingredients when making pills for medicinal use[268]. A glue can be made from the root[74]. The root is boiled in water until a thick syrup is left in the pan, this syrup is used as a glue. An oil from the seed is used in making paints and varnishes[74].
- *Illustration(s) (photographie(s) et/ou dessin(s)):*

Par Köhler F.E. (Medizinal Pflanzen, vol. 1: t. 42 ; 1887), via plantillustrations.org

- ***Autres infos :***

  dont infos de "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

  - ***Distribution :***

    C'est une plante tempérée. Il préfère les marais salés et les sols humides en bordure des rivières à marée. Il résiste au gel. Il ne peut pas survivre à la sécheresse. Il convient aux zones de rusticité 3-10. Au Yunnan. Dans les jardins botaniques de Hobart{{{0(+x) (traduction automatique)}.

    Original : It is a temperate plant. It prefers salty marshes and damp soils on the edges of tidal rivers. It is resistant to frost. It cannot survive drought. It suits hardiness zones 3-10. In Yunnan. In Hobart Botanical Gardens{{{0(+x)}.

  - ***Localisation :***

    Afghanistan, Afrique, Albanie, Asie, Australie, Autriche, Algérie, Arménie, Azerbaïdjan, Balkans, Belgique, Bosnie, Grande-Bretagne, Bulgarie, Canada, Asie centrale, Chine, Croatie, République tchèque, Danemark, Europe, France, Géorgie, Allemagne, Grèce, Hongrie, Inde, Iran, Irak, Israël, Italie, Kazakhstan, Liban, Macédoine, Madagascar, Méditerranée, Moldavie, Pays-Bas, Afrique du Nord, Amérique du Nord, Pakistan, Palestine, Pérou, Pologne, Portugal, Roumanie, Russie, Serbie, Sibérie occidentale, Slovaquie, Slovénie, Amérique du Sud, Espagne, Syrie, Tadjikistan, Tasmanie, Tunisie, Turquie, Turkménistan, Ouzbékistan, Ukraine, Royaume-Uni, USA, Yougoslavie{{{0(+x) (traduction automatique)}.

    Original : Afghanistan, Africa, Albania, Asia, Australia, Austria, Algeria, Armenia, Azerbaijan, Balkans, Belgium, Bosnia, Britain, Bulgaria, Canada, Central Asia, China, Croatia, Czech Republic, Denmark, Europe, France, Georgia, Germany, Greece, Hungary, India, Iran, Iraq, Israel, Italy, Kazakhstan, Lebanon, Macedonia, Madagascar, Mediterranean, Moldova, Netherlands, North Africa, North America, Pakistan, Palestine, Peru, Poland, Portugal, Romania, Russia, Serbia, Western Siberia, Slovakia, Slovenia, South America, Spain, Syria, Tajikistan, Tasmania, Tunisia, Turkey, Turkmenistan, Uzbekistan, Ukraine, United Kingdom, USA, Yugoslavia{{{0(+x)}.

  - ***Notes :***

    Il existe environ 12 espèces d'Althaea. Les racines de celui-ci sont utilisées en médecine{{{0(+x) (traduction automatique)}.

    Original : There are about 12 Althaea species. The roots of this one are used in medicine{{{0(+x)}.

- ***Nombre de graines au gramme : 450 ;***

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

  - ***Tela Botanica :*** https://www.tela-botanica.org/bdtfx-nn-3752-synthese ***;***
  - ***Guimauve (confiserie) :*** https://fr.wikipedia.org/wiki/Guimauve_(confiserie) ***;***
  - ***Wikipedia :***
    - https://fr.wikipedia.org/wiki/Guimauve_officinale (en français) ***;***
    - https://de.wikipedia.org/wiki/Echter_Eibisch (source en allemand) ***;***

  - ***[5]"Plants For a Future" (en anglais) :*** 5https://www.pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Althaea+officinalis ***;***

    dont classification :

  - ***"The Plant List" (en anglais) :*** www.theplantlist.org/tpl1.1/record/kew-2631597 ***;***
  - ***"GRIN" (en anglais) :*** [2]https://npgsweb.ars-grin.gov/gringlobal/taxon/taxonomydetail?id=2721 ***;***

dont livres et bases de données : [27]Dictionnaire des plantes comestibles (livre, page 20, par Louis Bubenicek) ;

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

Ambasta S.P. (Ed.), 2000, The Useful Plants of India. CSIR India. p 32 ; Bircher, A. G. & Bircher, W. H., 2000, Encyclopedia of Fruit Trees and Edible Flowering Plants in Egypt and the Subtropics. AUC Press. p 21 ; Blamey, M and Grey-Wilson, C., 2005, Wild flowers of the Mediterranean. A & C Black London. p 133 ; Bodkin, F., 1991, Encyclopedia Botanica. Cornstalk publishing, p 72 ; Bremness, L., 1994, Herbs. Collins Eyewitness Handbooks. Harper Collins. p 145 ; Brickell, C. (Ed.), 1999, The Royal Horticultural Society A-Z Encyclopedia of Garden Plants. Convent Garden Books. p 105 ; Brown, D., 2002, The Royal Horticultural Society encyclopedia of Herbs and their uses. DK Books. p 117 ; Cerne, M., 1992, Wild Plants from Slovenia used as Vegetables. Acta Horticulturae 318 ; Crawford, M., 2012, How to grow Perennial Vegetables. Green Books. p 131 ; Cundall, P., (ed.), 2004, Gardening Australia: flora: the gardener's bible. ABC Books. p 142 ; Dolina, K. & Luczaj, L., 2014, Wild food plants used on the Dubrovnik coast (south-eastern Croatia) Acta Soc Bot Pol 83(3):175â€“181 ; Elias, T.S. & Dykeman P.A., 1990, Edible Wild Plants. A North American Field guide. Sterling, New York p 146 ; Ertug, F, Yenen Bitkiler. Resimli TÃ¼rkiye FlorasÄ± -I- Flora of Turkey - Ethnobotany supplement ; Esperanca, M. J., 1988. Surviving in the wild. A glance at the wild plants and their uses. Vol. 2. p 74 ; Facciola, S., 1998, Cornucopia 2: a Source Book of Edible Plants. Kampong Publications, p 147 ; Flora of Pakistan. www.eFloras.org ; Hedrick, U.P., 1919, (Ed.), Sturtevant's edible plants of the world. p 46 ; Heywood, V.H., Brummitt, R.K., Culham, A., and Seberg, O. 2007, Flowering Plant Families of the World. Royal Botanical Gardens, Kew. p 201 ; Jackes, D. A., Edible Forest Gardens ; Kiple, K.F. & Ornelas, K.C., (eds), 2000, The Cambridge World History of Food. CUP p 1808 ; Lamberton, K (Ed.), 2004, The Australian gardening encyclodepia. Murdoch Books, NSW Australia. p 162 ; Lim, T. K., 2015, Edible Medicinal and Non Medicinal Plants. Volume 9, Modified Stems, Roots, Bulbs. Springer p 7 ; Mabey, R., 1973, Food for Free. A Guide to the edible wild plants of Britain, Collins. p 67 ; Michael, P., 2007, Edible Wild Plants and Herbs. Grub Street. London. p 144 ; Plants for a Future database, The Field, Penpol, Lostwithiel, Cornwall, PL22 0NG, UK. http://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 ; Romanowski, N., 2007, Edible Water Gardens. Hyland House. p 80 ; Schneider, E., 2001, Vegetables from Amaranth to Zucchini: The essential reference. HarperCollins. p 379 ; Sher, H. et al, 2011, Ethnobotanical and Economic Observations of Some Plant Resources from the Northern Parts of Pakistan. Ethnobotany research & Applications 9:027-041 (As Malva officinalis) ; Sher, Z., Hussain, F., & Ibrar, M., 2014, Traditional knowledge on plant resources of Ashezai and Salarzai Valleys, District Buner, Pakistan. African Journal of Plant Science. Vol. 8(1), pp. 42-53, January 2014 (As Malva officinalis) ; Shikov, A. N. et al, 2017, Traditional and Current Food Use of Wild Plants Listed in the Russian Pharmacopoeia. Frontiers in Pharmacology. Vol. 8 Article 841 ; Simkova, K. et al, 2014, Ethnobotanical review of wild edible plants used in the Czech Republic. Journal of Applied Botany and Food Quality 88, 49-67 ; Singh, H.B., Arora R.K.,1978, Wild edible Plants of India. Indian Council of Agricultural Research, New Delhi. p17 ; Sp. pl. 2:686. 1753 ; Tang ya, Malvaceae. Flora of China. p ; Tardio, J., et al, 2006, Ethnobotanical review of wild edible plants in Spain. Botanical J. Linnean Soc. 152, 27-71 ; Uphof, ; USDA, ARS, National Genetic Resources Program. Germplasm Resources Information Network - (GRIN). [Online Database] National Germplasm Resources Laboratory, Beltsville, Maryland. Available: www.ars-grin.gov/cgi-bin/npgs/html/econ.pl (10 April 2000)