Nasturtium x sterile (Airy Shaw) Oefelein, 1958 (Cresson stérile)

Identifiants : 21667/nasste

Association du Potager de mes/nos Rêves (https://lepotager-demesreves.fr)
Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze
Dernière modification le 29/04/2024

- ***Classification phylogénétique :***
    - ***Clade : Angiospermes ;***
    - ***Clade : Dicotylédones vraies ;***
    - ***Clade : Rosidées ;***
    - ***Clade : Malvidées ;***
    - ***Ordre : Brassicales ;***
    - ***Famille : Brassicaceae ;***
- ***Classification/taxinomie traditionnelle :***
    - ***Règne : Plantae ;***
    - ***Division : Magnoliophyta ;***
    - ***Classe : Magnoliopsida ;***
    - ***Ordre : Capparales ;***
    - ***Famille : Brassicaceae ;***
    - ***Genre : Nasturtium ;***
- ***Synonymes : Nasturtium sterile ;***
- ***Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : brown watercress ;***
- ***Rusticité (résistance face au froid/gel) : zone 5-9 ;***

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

  Feuilles - crues ou cuites ; le cresson d'eau est principalement utilisé comme garniture ou comme complément aux salades ; la saveur est forte avec un piquant caractéristique ; il a la réputation d'être un tonique printanier, et c'est sa principale saison d'utilisation, bien qu'il puisse être récolté pendant la majeure partie de l'année et puisse donner 10 cueillettes par an ; une certaine prudence est recommandée si vous cueillez la plante dans la nature, voir les notes sur la toxicité ; les feuilles sont exceptionnellement riches en vitamines et minéraux, notamment en fer ; une analyse nutritionnelle est disponible[{{{5(+)}}}].(1*)

(1*)ATTENTION : bien que la plante soit très saine et nutritive, des précautions doivent être prises si vous la récoltez dans la nature ; les plantes poussant dans l'eau qui s'écoule des champs où paissent les animaux, en particulier les moutons, ne doivent pas être utilisées crues ; cela est dû au risque qu'elles soient infestées par le parasite de la douve du foie ; cependant, la cuisson des feuilles détruira les parasites et rendra la plante parfaitement sûre à manger.(1*)ATTENTION : bien que la plante soit très saine et nutritive, des précautions doivent être prises si vous la récoltez dans la nature ; les plantes poussant dans l'eau qui s'écoule des champs où paissent les animaux, en particulier les moutons, ne doivent pas être utilisées crues ; cela est dû au risque qu'elles soient infestées par le parasite de la douve du foie ; cependant, la cuisson des feuilles détruira les parasites et rendra la plante parfaitement sûre à manger[{{{5(+)}}}].

- ***Note médicinale : ******

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

Par inconnu, via botany

- ***Liens, sources et/ou références :***
  - [5]***"Plants For a Future" (en anglais) :*** https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Nasturtium_x_sterile ***;***

    dont classification :
  - ***"The Plant List" (en anglais) :*** www.theplantlist.org/tpl1.1/record/kew-2380865 ***;***