

Pastinaca sativa L. subsp. sylvestris

Identifiants : 23303/passata

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

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 13/05/2024

- Classification phylogénétique :

- Clade : Angiospermes ;
- Clade : Dicotylédones vraies ;
- Clade : Astéridées ;
- Clade : Campanulidées ;
- Ordre : Apiales ;
- Famille : Apiaceae ;

- Classification/taxinomie traditionnelle :

- Règne : Plantae ;
- Division : Magnoliophyta ;
- Classe : Magnoliopsida ;
- Ordre : Apiales ;
- Famille : Apiaceae ;
- Genre : Pastinaca ;

- Synonymes : Peucedanum sativum Benth. & Hook.f ;

- Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : Wild parsnip, , Chirivia, Hammelmohre, Navadni rebrinec, Panais, Pastunak sety, Patinak, Pastinaca, Ywetsa-monla ;



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

Graines (aromatisantes [condiment³¹ : crues^{1μ/cuitesμ1}, boissons¹]), feuille (jeunes et/ou tendres/molles (dont pointes et tiges) : crues^{1,31} ou cuites^{1,31}), racine (crues^{1,31μ/cuitesμ1,31} et/ou aromatisantes³¹) et fleur¹ (dont boutons ; aromatisantes¹ et/ou décoratives¹) comestibles.(1*)

Détails :

Racine brute/crue^{{{(0(+x))}}} ; feuilles crues ou cuites (ex. : comme potherbe^{{{(dp*)(1)}}}).

La racine est cuite et mangée. Il peut être bouilli, cuit au four, frit ou utilisé dans les ragoûts. La racine de panais sauvage est normalement lavée, pelée, cuite dans de l'eau salée puis filtrée et ajoutée aux soupes. Les racines sont également transformées en marmelade, sirop, bière et vin. Les jeunes pousses et feuilles sont ajoutées aux soupes ou cuites et consommées comme légume. Les graines peuvent être utilisées comme épice

Partie testée : racine - crue^{{{(0(+x))}}} (traduction automatique)

Original : Root - raw^{{{(0(+x))}}}

Taux d'humidité	Énergie (kj)	Énergie (kcal)	Protéines (g)	Pro-vitamines A (μg)	Vitamines C (mg)	Fer (mg)	Zinc (mg)
82.5	210	50	1.7	0	15	0.6	0.1



(1*)Le panais sauvage contient des furocoumarines (ou furanocoumarines) : agents toxiques photosensibles.

Toutes les parties de la plante peuvent sensibiliser la peau au soleil ;

de plus, un contact prolongé avec la plante (feuilles et tiges) ou le fait de peler les racines, suivi d'une exposition au soleil,

peuvent provoquer des dermatites (photodermatites) (aiguës ? (qp)) chez certaines personnes ; en outre, ces toxines sont mutagènes (même en l'absence de lumière) et peuvent provoquer le mélanisme de la peau humaine.⁴⁶*

Cependant ces deux derniers points doivent concerner majoritairement les personnes sensibles de la peau et/ou manipulant régulièrement et/ou intensivement cette plante (ex : maraîchers).^(dp)*

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

- *Liens, sources et/ou références :*

dont classification :

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