

***Picea abies* (L.) H. Karst , 1881**

(Épicéa commun)

Identifiants : 24266/picabi

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

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 04/05/2024

- **Classification/taxinomie traditionnelle :**

- Règne : *Plantae* ;
- Division : *Coniferophyta* ;
- Classe : *Pinopsida* ;
- Ordre : *Pinales* ;
- Famille : *Pinaceae* ;
- Genre : *Picea* ;

- **Synonymes :** *Picea excelsa* (Lam.) Link 1842, *Picea exelsa* (nom invalide [erreur = écriture/orthographe incorrecte/fausse/erronée]) ;
- **Synonymes français :** épicéa, sapin rouge, sapinette, épinette de Norvège, faux sapin, épicéa à poix, pesse, sérente, pin pleureur, sapin du Nord, gentil sapin, épicéa élevé, sapin à poix ;
- **Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) :** Norway spruce, white spruce , gemeine Fichte (de), Rotfichte (de), abete rosso (it), doitsu-t?hi (jp romaji), gran (sv) ;



- **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 pousses (aromatisantes¹, sirop¹, boissons (dont infusions)¹) et aiguilles (aromatisantes¹)μ, cambium (cuit¹)(1*), graines (cruées¹ ; dont extrait (huile)¹)μ, fleur¹ (bourgeons (aromatisants¹) ; pollen (farine¹)), fruit (jeunes cônes ; cuits¹)μ, comestibles. La bière d'épinette est fabriquée à partir des brindilles. Des bandes de Spruce sont placées autour du fromage pour donner de la saveur. Les jeunes pousses sont consommées crues couvertes de sucre pour faire du sirop comme collation des enfants. Les pousses à fleurs mâles sont consommées crues comme collation et nourriture de famine. Les jeunes cônes sont consommés comme aliment de famine



(1*)il est fortement recommandé de prélever uniquement le cambium sur les parties tombées à terre, car arracher l'écorce directement sur un épicéa peut entraîner/causer/engendrer/provoquer la mort de celui-ci.¹

ATTENTION : risque de confusion entre les jeunes plants d'épicéa et l'if (*Taxus baccata*), qui est toxique dans presque toutes ses parties.¹néant, inconnus ou indéterminés.

- **Note médicinale : ***

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



De gauche à droite :

Par Thomé, O.W., *Flora von Deutschland Österreich und der Schweiz* (1886-1889) Fl. Deutschl. vol. 1 (1885) t. 25, via plantillustrations

Par Köhler, F.E., Köhler's *Medizinal Pflanzen* (1883-1914) Med.-Pfl. vol. 1 (1887) t. 8, via plantillustrations

Par Lindman, C.A.M., *Bilder ur Nordens Flora Bilder Nordens Fl.* vol. 3 (1922) t. 495, via plantillustrations

Par Botanische wandplatten f. [gall] , via plantillustrations

- **Autres infos :**

dont infos de "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

- **Statut :**

Les pousses sont butinées et consommées dans des restaurants en Suède^{{{{0(+x)}}}} (traduction automatique).

Original : The shoots are foraged and eaten in restaurants in Sweden^{{{{0(+x)}}}}.

- **Distribution :**

C'est une plante tempérée. Il est résistant au gel. Il croît rapidement. Il poussera sur la plupart des sols. Il a besoin du plein soleil. Il est cultivé en Chine. Il pousse dans les sites des hautes terres d'Asie, dans les jardins botaniques de Hobart. Il pousse entre 1000 et 2300 m d'altitude en Europe du Nord. Il convient aux zones de rusticité 2-9. Arboretum Tasmania^{{{{0(+x)}}}} (traduction automatique).

Original : It is a temperate plant. It is frost hardy. It is fast growing. It will grow on most soils. It needs full sunlight. It is cultivated in China. It grows in upland sites in Asia, In Hobart Botanical gardens. It grows between 1000 and 2300 m altitude in Northern Europe. It suits hardiness zones 2-9. Arboretum Tasmania^{{{{0(+x)}}}}.

- **Localisation :**

Albanie, Australie, Autriche, Balkans, Bosnie, Grande-Bretagne, Bulgarie, Canada, Chine, République tchèque, Estonie, Europe, Finlande, France, Allemagne, Hongrie, Inde, Irlande, Italie, Yougoslavie, Lituanie, Amérique du Nord, Norvège, Pologne, Roumanie, Russie, Scandinavie, Slovénie, Suède, Suisse, Tasmanie, Ukraine, USA^{{{{0(+x)}}}} (traduction automatique).

Original : Albania, Australia, Austria, Balkans, Bosnia, Britain, Bulgaria, Canada, China, Czech Republic, Estonia, Europe, Finland, France, Germany, Hungary, India, Ireland, Italy, Jugoslavia, Lithuania, North America, Norway, Poland, Romania, Russia, Scandinavia, Slovenia, Sweden, Switzerland, Tasmania, Ukraine, USA^{{{{0(+x)}}}}.

- **Notes :**

Il existe entre 30 et 45 espèces de Picea^{{{{0(+x)}}}} (traduction automatique).

Original : There are between 30 and 45 species of *Picea*^{(0(+x))}.

- Arôme et/ou texture : citron (parties jeunes et/ou tendres), conifère (parties mûres)¹ ;
- Liens, sources et/ou références :

◦ ⁵"Plants For a Future" (en anglais) : https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Picea_abies ;

dont classification :

- "The Plant List" (en anglais) : www.theplantlist.org/tpl1.1/record/kew-2562738 ;
- "GRIN" (en anglais) : <https://npgsweb.ars-grin.gov/gringlobal/taxon/taxonomydetail?id=28264> ;

dont livres et bases de données : ¹Plantes sauvages comestibles (livre pages 30, 31 et 214, par S.G. Fleischhauer, J. Guthmann et R. Spiegelberger) ;

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

Abbet, C., et al, 2014, Ethnobotanical survey on wild alpine food plants in Lower and Central Valais (Switzerland). *Journal of Ethnopharmacology* 151 (2014) 624-634 ; Ambasta, S.P. (Ed.), 2000, The Useful Plants of India. CSIR India. p 453 ; Christanell, A., et al, 2010, The Cultural Significance of Wild Gathered Plant Species in Kartitsch (Eastern Tyrol, Austria) and the Influence of Socioeconomic Changes on Local Gathering Practices. Chapter 3 in *Ethnobotany in the New Europe*. Berghahn Books. ; Coombes, A.J., 2000, Trees. Dorling Kindersley Handbooks. p 62 ; Cundall, P., (ed.), 2004, Gardening Australia: flora: the gardener's bible. ABC Books. p 1039 ; Deut. Fl. 324. 1881 ; Denes, A., et al, 2012, Wild plants used for food by Hungarian ethnic groups living in the Carpathian Basin. *Acta Societatis Botanicorum Poloniae* 81 (4): 381-396 ; Facciola, S., 1998, *Cornucopia 2: a Source Book of Edible Plants*. Kampong Publications, p 169 ; Farrar, J.L., 1995, Trees of the Northern United States and Canada. Iowa State University press/Ames p 108 ; Fu Ligu, Li Nan, Mill, R.R., Pinaceae. *Flora of China*. ; Harris, E & J., 1983, *Field Guide to the Trees and Shrubs of Britain*. Reader's Digest. p 232 ; Hedrick, U.P., 1919, (Ed.), *Sturtevant's edible plants of the world*. p 494 (As *Picea excelsa*) ; Hibbert, M., 2002, *The Aussie Plant Finder 2002*, Florilegium. p 232 ; <http://www.botanic-gardens-ljubljana.com/en/plants> ; Irving, M., 2009, *The Forager Handbook, A Guide to the Edible Plants of Britain*. Ebury Press p 359 ; Joyce, D., 1998, *The Garden Plant Selector*. Ryland, Peters and Small. p 171 ; Kalle, R. & Soukand, R., 2012, Historical ethnobotanical review of wild edible plants of Estonia (1770s-1960s) *Acta Societatis Botanicorum Poloniae* 81(4):271-281 ; Little, E.L., 1980, *National Audubon Society Field Guide to North American Trees*. Alfred A. Knopf. p 282 ; Lord, E.E., & Willis, J.H., 1999, *Shrubs and Trees for Australian gardens*. Lothian. p 85 ; Ąukasz Ąuczaj and Wojciech M Szymański, 2007, Wild vascular plants gathered for consumption in the Polish countryside: a review. *J Ethnobiol Ethnomedicine*. 3: 17 ; Luczaj, L. et al, 2012, Wild food plant use in 21st century Europe: the disappearance of old traditions and the search for new cuisines involving wild edibles. *Acta Soc Bot Pol* 81(4):359-370 ; Luczaj, L., et al, 2015, Wild food plants and fungi used by Ukrainians in the western part of the Maramures region in Romania. *Acta Soc Bot Pol* 84(3):339-346 ; Marinelli, J. (Ed), 2004, *Plant. DK*. p 147 ; Pieroni, A. & Soukand, R., 2018, Forest as Stronghold of Local Ecological Practice: Currently Used Wild Food Plants in Polesia, Northern Ukraine. *Economic Botany*, XX(X) pp. 1-21 ; 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 ; Schuler, S., (Ed.), 1977, *Simon & Schuster's Guide to Trees*. Simon & Schuster. No. 26 ; 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 ; Svanberg, I., 2012, The use of wild plants as food in pre-industrial Sweden. *Acta Societatis Botanicorum Poloniae* 81(4): 317-327 ; Svanberg, I. et al, 2012, Uses of tree saps in northern and eastern parts of Europe. *Acta Societatis Botanicorum Poloniae* 81 (4): 343-357