

Plantago asiatica L., 1753 (Plantain asiatique)

Identifiants : 24713/plaasi

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

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 15/05/2024

- Classification phylogénétique :

- Clade : Angiospermes ;
- Clade : Dicotylédones vraies ;
- Clade : Astéridées ;
- Clade : Lamiidées ;
- Ordre : Lamiales ;
- Famille : Plantaginaceae ;

- Classification/taxinomie traditionnelle :

- Règne : Plantae ;
- Division : Magnoliophyta ;
- Classe : Magnoliopsida ;
- Ordre : Plantaginales ;
- Famille : Plantaginaceae ;
- Genre : Plantago ;

- Synonymes : Plantago major Hook.f. in part, non Linn ;

- Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : sirapotta gida, ch'Igyong-i , Chengiancao, Che qian cao, Cheqiarizi, Ch'Igyong-i, Hamaye, Jilgyeongi, Kaimenye, Ma de a, Ma de thao, Ppaepjae-i, Sirapotta gida, Umeiheizhou, Xa thien ;



- Note comestibilité : *

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

Partie(s) comestible(s)^{{{0(+)}}} : feuilles, graines^{{{0(+)}}}.

Utilisation(s)/usage(s)^{{{0(+)}}} culinaire(s) : les jeunes feuilles sont cuites et consommées^{{{0(+)}}} comme potherbe^{{{dp*}}} ; elles sont bouillies et également utilisées dans les sautés^{{{0(+)}}}.

Les jeunes feuilles sont cuites et mangées. Ils sont bouillis et également utilisés dans les sautés. Ils sont utilisés dans la soupe. Ils sont également fermentés dans le Kimchi, un plat coréen

Partie testée : feuilles^{{{0(+)}}} (traduction automatique)

Original : Leaves^{{{0(+)}}}

Taux d'humidité	Énergie (kj)	Énergie (kcal)	Protéines (g)	Pro-vitamines A (µg)	Vitamines C (mg)	Fer (mg)	Zinc (mg)
91.3	101	24	2.1	0	31	0	0



néant, inconnus ou indéterminés. néant, inconnus ou indéterminés.

- Note médicinale : ***

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

- *Autres infos :*

dont infos de "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

◦ Statut :

Il est vendu sur les marchés locaux en Chine^{{{0(+x)}} (traduction automatique)}.

Original : It is sold in local markets in China^{{{0(+x)}}.}

◦ Distribution :

Il pousse dans les endroits tropicaux et tempérés. Il pousse dans les zones humides ouvertes. Il pousse dans les zones humides. Dans XTBG Yunnan. Au Sichuan^{{{0(+x)}} (traduction automatique)}.

Original : It grows in tropical and temperate places. It grows in open humid areas. It grows in wetlands. In XTBG Yunnan. In Sichuan^{{{0(+x)}}.}

◦ Localisation :

Asie, Algérie, Bangladesh, Bhoutan, Grande-Bretagne, Canada, Canaries, Amérique centrale, Chili, Chine, République dominicaine, Équateur, Europe, Allemagne, Haïti, Hawaï, Himalaya, Inde, Indochine, Indonésie, Iran, Irak, Japon, Indonésie, Corée, Kurdistan, Malaisie, Mexique, Népal, Afrique du Nord, Amérique du Nord, Pacifique, Panama, Pérou, Pologne, Russie, Asie du Sud-Est, Sibérie, Amérique du Sud, Espagne, Sri Lanka, Taiwan, Tibet, Trinidad, Turquie, Venezuela, Vietnam^{{{0(+x)}} (traduction automatique)}.

Original : Asia, Algeria, Bangladesh, Bhutan, Britain, Canada, Canary Is, Central America, Chile, China, Dominican Republic, Ecuador, Europe, Germany, Haiti, Hawaii, Himalayas, India, Indochina, Indonesia, Iran, Iraq, Japan, Indonesia, Korea, Kurdistan, Malaysia, Mexico, Nepal, North Africa, North America, Pacific, Panama, Peru, Poland, Russia, SE Asia, Siberia, South America, Spain, Sri Lanka, Taiwan, Tibet, Trinidad, Turkey, Venezuela, Vietnam^{{{0(+x)}}.}

◦ Notes :

Les plaignants ou Plantaginaceae se trouvent principalement dans les régions tempérées. Il existe environ 165 espèces de Plantago^{{{0(+x)}} (traduction automatique)}.

Original : The plaintains or Plantaginaceae are mostly in temperate regions. There are about 165 Plantago species^{{{0(+x)}}.}

• Liens, sources et/ou références :

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

dont classification :

- "The Plant List" (en anglais) : www.theplantlist.org/tpl1.1/record/kew-2571414 ;

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

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

Ambasta, S.P. (Ed.), 2000, *The Useful Plants of India*. CSIR India. p 466 ; Chen, B. & Qiu, Z., *Consumer's Attitudes towards Edible Wild Plants*, Ishikawa Prefecture, Japan. p 24 www.hindawi.com/journals/ijfr/aip/872413.pdf ; Crate, S. A., 2008, "Eating Hay": The Ecology, Economy and Culture of Viliui Sakha Smallholders of Northeastern Siberia. *Human Ecology* 36:161-174 ; Ju, Y., et al, 2013, *Eating from the wild: diversity of wild edible plants used by Tibetans in Shangri-la region, Yunnan, China*, *Journal of Ethnobiology and Ethno medicine* 9:28 ; Kang, Y., et al, 2012, *Wild food plants and wild edible fungi in two valleys on the Qinling Mountains (Shaanxi, central China)* *Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine*; 9:26 ; Martin, F.W. & Ruberte, R.M., 1979, *Edible Leaves of the Tropics*. Antillian College Press, Mayaguez, Puerto Rico. p 213 (As *Plantago major* var. *asiatica*) ; Mot So Rau Dai an Duoc O Vietnam. *Wild edible Vegetables*. Ha Noi 1994, p 154 ; Pemberton, R. W. & Lee, N. S., 1996, *Wild Food Plants in South Korea: Market Presence, New Crops, and Exports to the United States*. *Economic Botany*, Vol. 50, No. 1, pp. 57-70 ; *Plants For A Future* database, The Field, Penpol, Lostwithiel, Cornwall, PL22 0NG, UK. <https://www.scs.leeds.ac.uk/pfaf/> ; Sp. pl. 1:113. 1753 ; Wujisguleng, W., & Khasbagen. K., 2010, *An integrated assessment of wild vegetable resources in Inner Mongolian Autonomous Region, China*. *Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine* 6:34

