

***Plantago maritima* L.**

(Plantain maritime)

Identifiants : 24737/plamar

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

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 16/05/2024

- **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 ;**

- **Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : Sea Plantain, Goose tongue, California goose tongue , Goose tongue ;**



- **Note comestibilité : *****

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

Les feuilles sont bouillies dans de la soupe. Elles sont également consommées en salade ou marinées

On a consommé la plante crue ou cuite. On conservait parfois les feuilles dans le vinaigre.

*Celles d'une sous-espèce (subsp. *serpentina*), des montagnes du Sud de l'Europe, étaient consommées en Savoie à la fin du 18ème siècle*

Les graines peuvent être consommées crues ou cuites et peuvent être moulues en farine

Les feuilles sont bouillies dans de la soupe. Elles sont également consommées en salade. Ils sont également marinés. Les graines peuvent être consommées crues ou cuites et peuvent être moulues en farine



néant, inconnus ou indéterminés.

- **Note médicinale : ****

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

- **Autres infos :**

dont infos de "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

- **Statut :**

En Alaska, il est mis en conserve pour une utilisation hivernale. Il est butiné et mangé dans les restaurants en Suède^{{{(0+X)}} (traduction automatique)}.

Original : In Alaska it is canned for winter use. It is foraged and eaten in restaurants in Sweden^{{{(0+X)}}.}

- **Distribution :**

C'est une plante tempérée. Il pousse dans les habitats côtiers des marais salés et des endroits sablonneux. En Argentine, il pousse en dessous de 500 m au-dessus du niveau de la mer^{{{(0+X)}} (traduction automatique)}.

Original : It is a temperate plant. It grows in coastal habitats on salt marshes and sandy places. In Argentina it grows below 500 m above sea level^{{{(0+X)}}.}

- **Localisation :**

*Afrique, Alaska, Arctique, Argentine, Grande-Bretagne, Canada, Chili, Europe, Malouines, France, Grèce, Irlande, Italie, Méditerranée, Afrique du Nord, Amérique du Nord, Norvège, Portugal, Scandinavie, Amérique du Sud *, Espagne, Suède, Turquie, ETATS-UNIS*^{{{(0+X)}} (traduction automatique)}.

Original : Africa, Alaska, Arctic, Argentina, Britain, Canada, Chile, Europe, Falklands, France, Greece, Ireland, Italy, Mediterranean, North Africa, North America, Norway, Portugal, Scandinavia, South America, Spain, Sweden, Turkey, USA*^{{{(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_maritima ;

dont classification :

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

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

Blamey, M and Grey-Wilson, C., 2005, Wild flowers of the Mediterranean. A & C Black London. p 421 ; Facciola, S., 1998, Cornucopia 2: a Source Book of Edible Plants. Kampong Publications, p 173 ; Hedrick, U.P., 1919, (Ed.), Sturtevant's edible plants of the world. p 507 ; Heller, C. A., 1962, Wild Edible and Poisonous Plants of Alaska. Univ. of Alaska Extension Service. p 23 ; <http://nordicfoodlab.org/blog/2102/9/wild-edible-plants-an-overview> ; Irving, M., 2009, The Forager Handbook, A Guide to the Edible Plants of Britain. Ebury Press p 251 ; 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 ; Moerman, D. F., 2010, Native American Ethnobotany. Timber Press. p 417 ; Plants for a Future database, The Field, Penpol, Lostwithiel, Cornwall, PL22 0NG, UK. <http://www.scs.leeds.ac.uk/pfaf/> ; Sp. pl. 1:114. 1753 ; Uphof, ; Upson, R., & Lewis R., 2014, Updated Vascular Plant Checklist and Atlas for the Falkland Islands. Falklands Conservation and Kew. ; www.wildediblefood.com