Rumex acetosa L., 1753
(Oseille commune)

Identifiants : 28175/rumace

Association du Potager de mes/nos Rêves (https://lepotager-demesreves.fr)
Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 03/05/2024

- ***Classification phylogénétique :***
    - ***Clade : Angiospermes ;***
    - ***Clade : Dicotylédones vraies ;***
    - ***Ordre : Caryophyllales ;***
    - ***Famille : Polygonaceae ;***
- ***Classification/taxinomie traditionnelle :***
    - ***Règne : Plantae ;***
    - ***Division : Magnoliophyta ;***
    - ***Classe : Magnoliopsida ;***
    - ***Ordre : Polygonales ;***
    - ***Famille : Polygonaceae ;***
    - ***Genre : Rumex ;***
- ***Synonymes : Acetosa sagittata, Acetosa rugosa Campd ;***
- ***Synonymes français : oseille (également atribué au genre Rumex), belleville, oseille acide, herbe à la vinaigrette, vinaigre, patience oseille, oseille des prés [Rumex acetosa et subsp. acetosa], vinette, surelle, oseille de Belleville, oseille longue, viergeot, oseille sauvage [Rumex acetosa et subsp. acetosa], grande oseille [Rumex acetosa et subsp. acetosa], oseille commune [subsp. acetosa], oseille cultivée, oseille aigre [Rumex acetosa et subsp. acetosa], surette [Rumex acetosa et subsp. acetosa], rumex oseille, aigrette, oreille de brebis, oseille des jardins, patience, patience acide, rumex à feuilles sagittées, rumex [subsp. vinealis], oseille des vignes [subsp. vinealis], rumex de Gussone [subsp. nebroides] ;***
- ***Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : sorrel, garden sorrel, sorrel dock, sour dock , suan mo (cn transcrit), Wiesensauerampfer (Wiesen-Sauerampfer) (de), acetosa (it), erba brusca (it), romice acetosa (it), suyeong (ko), azeda-brava (pt), acedera común (es), ängssyra (sv) ;***

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

  Feuille (dont pointes des tiges)[1], graines (tisanes[1] ; dont germes[1]) et racine[1] comestibles.(1*)

  Détails :

  Les feuilles sont consommées crues ou cuites ; elles peuvent être mangées seules, elles sont alors désaltérantes, ou ajoutées aux salades, utilisées comme légume-feuille / légume vert / potherbe, en purée{{{~~5(+)} (ex. : substitut d'épinard{{{{dp*)}) ou encore dans les soupes ; elles ont une délicieuse saveur citronnée, aimée par la plupart des gens qui les essaient ; l'oseille peut être assez envahissante en quantité et est plus généralement utilisée comme assaisonnement dans les salades composées ; les feuilles peuvent aussi être séchées pour une utilisation ultérieure{{{~~5(+)}. Toujours très tendres et peu fibreuses, elles peuvent être ramassées pendant toute la durée de vie de la plante, et utilisées en soupes, dans des sauces ou en salades. Leur goût acidulé vient de l'acide ascorbique qu'elles contiennent. Cette caractéristique leur permet de relever la saveur de certains poissons et surtout de dissoudre ou d?amollir les fines arêtes. Le calcium qu?elles contiennent devient alors disponible{{{wiki}. Le jus des feuilles peut être utilisé comme un agent de caillage/coagulation de lait (caille-lait){{{~~5(+)}.

Dans la cuisine d'Europe de l'Est, les feuilles des rumex sont utilisées pour la préparation du bortsch vert (ou soupe à l?oseille){{{wiki}}}*.*

Les fleurs sont cuites et consommées comme un légume ou utilisées comme garniture.

La racine cuite est séchée, broyée en une poudre et transformée en nouilles.

Les graines sont utilisées crues ou cuites ; elles sont broyées en une poudre et mélangées à d'autres farines ; la graine est facile à récolter, mais elle est plutôt petite et délicate à utiliser{{{~~5(+)}}}*. Elles sont consommables mais de faible valeur alimentaire. Il est préférable, mais difficile, de les débarrasser de leur enveloppe très astringente, après quoi on peut les moudre et les mélanger en petites quantités à la farine pour faire des bouillies, des galettes, voire du pain*{{{wiki}}}*.(1*)*

Les feuilles peuvent être consommées crues mais sont souvent cuites à la vapeur ou légèrement bouillies puis mangées. Ils sont consommés en salade ou en potager. Ils sont utilisés dans les soupes et les omelettes et les sauces. Ils sont utilisés dans les chutneys. Les feuilles sont utilisées pour le sarma en Turquie. Elles sont enroulées autour d'une garniture de riz ou de viande hachée. Les fleurs sont consommées comme légume ou utilisées comme garniture. Le jus des feuilles sert à cailler le lait. Les graines peuvent être moulues et transformées en pain

Partie testée : feuilles{{{0(+x) (traduction automatique)}}}
Original : Leaves{{{0(+x)}}}

Taux d'humidité	Énergie (kj)	Énergie (kcal)	Protéines (g)	Pro-vitamines A (µg)	Vitamines C (mg)	Fer (mg)	Zinc (mg)
	92	22	2.0	400RE	48	2.4	0

(1)ATTENTION : la plante contient de l'acide oxalique qui est toxique : selon les proportions consommées et la personne, celui-ci peut endommager les reins si il est ingéré régulièrement pendant plusieurs mois.*

Cependant, certains légumes, comme l'épinard ou la blette, en contiennent dans des concentrations équivalentes ou supérieures sans que ceux-ci ne soient considérés comme dangereux ; de plus l'acide en question est soluble dans l'eau (proportionnellement à la température de celle-ci) et peut donc être éliminé en changeant simplement l'eau de cuisson ; enfin, en y ajoutant du lait (ou tout autre produit laitier), une partie de cette acide se lie au calcium le rendant ainsi inoffensif.

Il sera tout de même conseillé de ne pas en abuser , plus particulièrement aux personnes souffrants de problèmes rénaux et/ou ayant une tendance aux rhumatismes (polyarthrite rhumatoïde, arthrite, goutte, calculs rénaux ou hyperacidité), pour lesquelles il sera même fortement recommandé de limiter ou d'éviter complètement cette consommation potentiellement néfaste (étant donné qu'elle peut aggraver leur état) ou tout au moins de prendre des précautions particulières dès lors que cette plante est incluse (ou prévue) dans leur régime alimentaire.

Il est également recommandé de ne pas faire cuire l'oseille dans une casserole de fonte, car l'acide oxalique réagit avec le fer, ce qui donne un mauvais goût aux feuilles. Il faut aussi éviter l'aluminium, car l'acide oxalique peut libérer des quantités toxiques d'ions de ce métal.

Au début du printemps, les jeunes feuilles auriculées d?oseille sauvage ressemblent fortement à celles hastées du gouet, qui émerge du sol à la même période, et qui est toxique.(1)ATTENTION : la plante contient de l'acide oxalique qui est toxique : selon les proportions consommées et la personne, celui-ci peut endommager les reins si il est ingéré régulièrement pendant plusieurs mois*{{{1}}}*.*

Cependant, certains légumes, comme l'épinard ou la blette, en contiennent dans des concentrations équivalentes ou supérieures sans que ceux-ci ne soient considérés comme dangereux ; de plus l'acide en question est soluble dans l'eau (proportionnellement à la température de celle-ci) et peut donc être éliminé en changeant simplement l'eau de cuisson ; enfin, en y ajoutant du lait (ou tout autre produit laitier), une partie de cette acide se lie au calcium le rendant ainsi inoffensif{{{1}}}*.*

Il sera tout de même conseillé de ne pas en abuser {{{dp*}}}*, plus particulièrement aux personnes souffrants de problèmes rénaux et/ou ayant une tendance aux rhumatismes (polyarthrite rhumatoïde, arthrite, goutte, calculs rénaux ou hyperacidité), pour lesquelles il sera même fortement recommandé de limiter ou d'éviter complètement cette consommation potentiellement néfaste (étant donné qu'elle peut aggraver leur état) ou tout au moins de prendre des précautions particulières dès lors que cette plante est incluse (ou prévue) dans leur régime alimentaire*{{{5}}}*.*

Il est également recommandé de ne pas faire cuire l'oseille dans une casserole de fonte, car l'acide oxalique réagit avec le fer, ce qui donne un mauvais goût aux feuilles. Il faut aussi éviter l'aluminium, car l'acide oxalique peut libérer des quantités toxiques d'ions de ce métal{{{wiki.

Au début du printemps, les jeunes feuilles auriculées d?oseille sauvage ressemblent fortement à celles hastées du gouet, qui émerge du sol à la même période, et qui est toxique{{{wiki.

- *Note médicinale : ****
- *Usages médicinaux : Les feuilles ont des propriétés dépuratives, stomachiques et diurétiques. Cuites, elles sont émollientes et légèrement laxatives{{{wiki ;*
- *Usages médicinaux : Il existe des variétés à pétiole et nervures rouges (couleur due à la présence d'un pigment à rôle protecteur, l'anthocyane), utilisées pour l'ornement.*

  Les feuilles des rumex servaient à teindre la laine en jaune, avec ou sans alun. Leurs racines la teignaient en noir en présence de chrome. Grâce à sa racine pivotante, elle peut être utilisée pour drainer les terrains hydromorphes.
  ;

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

De gauche à droite :

Par Lindman, C.A.M., Bilder ur Nordens Flora Bilder Nordens Fl., via plantillustrations
Par Dinkum, via wikimedia

- *Autres infos :*

  dont infos de "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

  - *Statut :*

    C'est un légume cultivé commercialement. Il est cultivé comme légume et vendu dans les pépinières et les supermarchés{{{0(+x) (traduction automatique).

    Original : It is a commercially cultivated vegetable. It is grown as a vegetable and sold in nurseries and supermarkets{{{0(+x).

  - *Distribution :*

    C'est une plante tempérée froide. Il est cultivé à Java. Il pousse dans les zones humides. Au Pakistan, il pousse entre 2 000 et 4 500 m d'altitude. Il convient aux zones de rusticité 6-7. Il pousse dans le Sichuan et le Yunnan{{{0(+x) (traduction automatique).

    Original : It is a cold temperate plant. It is cultivated in Java. It grows in wetlands. In Pakistan it grows between 2,000-4,500 m altitude. It suits hardiness zones 6-7. It grows in Sichuan and Yunnan{{{0(+x).

  - *Localisation :*

    *Albanie, Argentine, Asie, Australie, Balkans, Biélorussie, Bosnie, Grande-Bretagne, Bulgarie, Caucase, Chili, Chine, République tchèque, Danemark, Estonie, Europe *, Malouines, Iles Féroé, France, Géorgie, Grèce, Groenland, Haïti, Himalaya , Hongrie, Islande, Inde, Indonésie, Irlande, Italie, Japon, Kazakhstan, Corée, Kosovo, Kirghizistan, Macédoine, Méditerranée, Mongolie, Maroc, Népal, Nouvelle-Zélande, Afrique du Nord, Amérique du Nord, Norvège, Inde du Nord-Ouest, Pakistan, Palestine , Pologne, Roumanie, Russie, Scandinavie, Asie du Sud-*

Est, Serbie, Sibérie, Slovaquie, Slovénie, Amérique du Sud, Espagne, Suède, Suisse, Tasmanie, Turquie, Ukraine, USA *{{{0(+x) (traduction automatique)}}}.*

Original : Albania, Argentina, Asia, Australia, Balkans, Belarus, Bosnia, Britain, Bulgaria, Caucasus, Chile, China, Czech Republic, Denmark, Estonia, Europe*, Falklands, Faroe Islands, France, Georgia, Greece, Greenland, Haiti, Himalayas, Hungary, Iceland, India, Indonesia, Ireland, Italy, Japan, Kazakhstan, Korea, Kosovo, Kyrgyzstan, Macedonia, Mediterranean, Mongolia, Morocco, Nepal, New Zealand, North Africa, North America, Norway, NW India, Pakistan, Palestine, Poland, Romania, Russia, Scandinavia, SE Asia, Serbia, Siberia, Slovakia, Slovenia, South America, Spain, Sweden, Switzerland, Tasmania, Turkey, Ukraine, USA *{{{0(+x)}}}.*

- ***Notes :***

Il existe environ 200 espèces de Rumex *{{{0(+x) (traduction automatique)}}}.*

Original : There are about 200 Rumex species *{{{0(+x)}}}.*

- ***Liens, sources et/ou références :***

- ***Tela Botanica :*** https://www.tela-botanica.org/bdtfx-nn-58578 ***;***
- ***Wikipedia :***
  - https://fr.wikipedia.org/wiki/Rumex_acetosa (en français) ***;***

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

dont classification :

- ***"The Plant List" (en anglais) :*** www.theplantlist.org/tpl1.1/record/kew-2424198 ***;***
- ***"GRIN" (en anglais) :*** https://npgsweb.ars-grin.gov/gringlobal/taxon/taxonomydetail?id=32518 ***;***

dont livres et bases de données : [1]Plantes sauvages comestibles (livre pages 117 et 118, 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) 624â€“634 ; Ali-Shtayeh, M. S., et al, 2008, Traditional knowledge of wild edible plants used in Palestine (Northern West Bank): A comparative study. J Ethnobiol Ethnomed. 4: 13 ; Ambasta S.P. (Ed.), 2000, The Useful Plants of India. CSIR India. p 534 ; Arora, R. K., 2014, Diversity in Underutilized Plant Species - An Asia-Pacific Perspective. Bioversity International. p 45 ; Beckstrom-Sternberg, Stephen M., and James A. Duke. "The Foodplant Database."http://probe.nalusda.gov:8300/cgi-bin/browse/foodplantdb.(ACEDB version 4.0 - data version July 1994) ; Biscotti, N. et al, 2018, The traditional food use of wild vegetables in Apulia (Italy) in the light of Italian ethnobotanical literature. Italian Botanist 5:1-24 ; Bodkin, F., 1991, Encyclopedia Botanica. Cornstalk publishing, p 894 ; Bremness, L., 1994, Herbs. Collins Eyewitness Handbooks. Harper Collins. p 212 ; Burkill, I.H., 1966, A Dictionary of the Economic Products of the Malay Peninsula. Ministry of Agriculture and Cooperatives, Kuala Lumpur, Malaysia. Vol 2 (I-Z) p 1954 ; Burnie, G & Fenton-Smith, J., 1999, A Grower's Guide to Herbs. Murdoch Books. p 66 ; Bussman, R. W. et al, 2017, Ethnobotany of Samtskhe-Javakheti, Sakartvelo (Republic of Georgia), Caucasus. Indian Journal of Traditional Knowledge Vol. 16(1) pp 7-24 ; Cerne, M., 1992, Wild Plants from Slovenia used as Vegetables. Acta Horticulturae 318. ; Cheifetz, A., (ed), 1999, 500 popular vegetables, herbs, fruits and nuts for Australian Gardeners. Random House p 152 ; 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 ; Cundall, P., (ed.), 2004, Gardening Australia: flora: the gardener's bible. ABC Books. p 1287 ; DARLINGTON & AMMAL, ; 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 ; DILLINGHAM (1906), ; Dobriyal, M. J. R. & Dobriyal, R., 2014, Non Wood Forest Produce an Option for Ethnic Food and Nutritional Security in India. Int. J. of Usuf. Mngt. 15(1):17-37 ; Dogan, Y., et al, 2015, Of the importance of a leaf: the ethnobotany of sarma in Turkey and the Balkans. Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine, 11:56 ; Esperanca, M. J., 1988. Surviving in the wild. A glance at the wild plants and their uses. Vol. 2. p 235 ; Facciola, S., 1998, Cornucopia 2: a Source Book of Edible Plants. Kampong Publications, p 186 ; Flora of China @ efloras.org Volume 5 ; Flora of Pakistan. www.eFloras.org ; Geng, Y., et al, 2016, Traditional knowledge and its transmission of wild edibles used by the Naxi in Baidi Village, northwest Yunnan province. Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine. 12:10 ; Gonzalez, J. A., et al, 2011, The consumption of wild and semi-domesticated edible plants in the Arribes del Duero (Salamanca-Zamora, Spain): an ananalysis of traditional knowledge. Genetic Resources and Crop Evolution 58:991-1006 ; Hadjichambis, A. C., et al, 2007, Wild and semi-domesticated food plant consumption in seven circum-Mediterranean areas. International Journal of Food Sciences and Nutrition. 2007, 1-32. ; Hedrick, U.P., 1919, (Ed.), Sturtevant's edible plants of the world. p 582 ; Heo, B., et al., 2009, Antiproliferative Activity of Korean Wild Vegetables on Different Human Tumor Cell Lines. Plant Foods for Human Nutrition. 64:257-263 ; Heywood, V.H., Brummitt, R.K., Culham, A., and Seberg, O., 2007, Flowering Plant Families of the World. Royal Botanical Gardens, Kew. p 264 ; Hibbert, M., 2002, The

Aussie Plant Finder 2002, Florilegium. p 282 ; Hinnawi, N. S. A., 2010, An ethnobotanical study of wild edible plants in the Northern West Bank "Palestine". An-Najah National University. p 95 ; http://nordicfood lab/org/blog/2102/9/wild-edible-plants-an-overview ; http://www.botanic-gardens-ljubljana.com/en/plants ; Hu, Shiu-ying, 2005, Food Plants of China. The Chinese University Press. p 374 ; Irving, M., 2009, The Forager Handbook, A Guide to the Edible Plants of Britain. Ebury Press p 176 ; Jackes, D. A., 2007, Edible Forest Gardens ; Joshi, N., et al, 2007, Traditional neglected vegetables of Nepal: Their sustainable utilization for meeting human needs. Tropentag 2007. Conference on International Agricultural Research for Development. ; Kaliszewska, I & Kolodziejska-Degorska, I, 2015, The social context of wild leafy vegetables uses in Shiri, Daghestan. Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine, 11:63 ; Kalle, R. & Soukand, R., 2012, Historical ethnobotanical review of wild edible plants of Estonia (1770s-1960s) Acta Societatis Botanicorum Poloniae 81(4):271-281 ; Kang, J. et al, 2016, Wild food plants and fungi used in the mycophilous Tibetan community of Zhagana (Tewo Country, Gansu, China) Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine. 12:21 ; Kays, S. J., and Dias, J. C. S., 1995, Common Names of Commercially Cultivated Vegetables of the World in 15 languages. Economic Botany, Vol. 49, No. 2, pp. 115-152 ; Kiple, K.F. & Ornelas, K.C., (eds), 2000, The Cambridge World History of Food. CUP p 1854 ; Low, T., 1992, Bush Tucker. Australiaâ's Wild Food Harvest. Angus & Robertson. p 152 ; Luczaj, L., 2012, Ethnobotanical review of wild edible plants of Slovakia. Acta Societatis Botanicorum Poloniae 81(4):245-255 ; 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):359â€“370 ; Å•ukasz Å•uczaj and Wojciech M SzymaÅ„ski, 2007, Wild vascular plants gathered for consumption in the Polish countryside: a review. J Ethnobiol Ethnomedicine. 2007; 3: 17 ; Luczaj, L. et al, 2013, Wild edible plants of Belarus: from Rostakinski's questionnaire of 1883 to the present. Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine 9:21 ; Luczaj, L., et al, 2015, Wild food plants and fungi used by Ukrainians in the western part of the Maramureș region in Romania. Acta Soc Bot Pol 84(3):339â€“346 ; Luczaj, L. et al, 2017, Comfrey and Buttercup Eaters: Wild Vegetables of the Imereti Region in Western Georgia, Caucasus. Economic Botany, 71(2), 2017, pp. 188â€“193 ; Mabey, R., 1973, Food for Free. A Guide to the edible wild plants of Britain, Collins. p 98 ; Macmillan, H.F. (Revised Barlow, H.S., et al), 1991, Tropical Planting and Gardening. Sixth edition. Malayan Nature Society. Kuala Lumpur. p 370 ; Martin, F.W. & Ruberte, R.M., 1979, Edible Leaves of the Tropics. Antillian College Press, Mayaguez, Puerto Rico. p 214 ; Michael, P., 2007, Edible Wild Plants and Herbs. Grub Street. London. p 219 ; Mir, M. Y., 2014, Documentation and ethnobotanical survey of wild edible plants used by the tribals of Kupwara, J & K, India. International Journal of Herbal Medicine. 2(4): 11-18 ; Moerman, D. F., 2010, Native American Ethnobotany. Timber Press. p 495 ; Nebel, S., Pieroni, A. & Heinrich, M., 2006, Ta cho`rta: Wild edible greens used in the Graecanic area in Calabria, Southern Italy. Appetite 47 (2006) 333â€“342 ; Nedelcheva A., 2013, An ethnobotanical study of wild edible plants in Bulgaria. EurAsian Journal of BioSciences 7, 77-94 ; Paoletti, M.G., Dreon, A.L., and Lorenzoni, G.G., 1995, Pistic, Traditional Food from Western Friuli, NE Italy. Economic Botany 49(1) pp 26-30 ; Pardo-de-Santayana, M., et al, 2005, The gathering and consumption of wild edible plants in the Campoo (Cantabria, Spain). International Journal of Food Sciences and Nutrition. 56(7): 529-542 ; Pieroni, A., 1999, Gathered wild food plants in the Upper Valley of the Serchio River (Garfagnana), Central Italy. Economic Botany 53(3) pp 327-341 ; Pieroni, A.,& Giusti, M. E., 2009, Alpine Ethnobotany in Italy: Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine. 5:32 ; Pieroni, A., et al, 2012, "We are Italians!": The Hybrid Ethnobotany of a Venetian Diaspora in Eastern Romania. Human Ecology 40:435-451 ; 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/ ; Plants of Haiti Smithsonian Institute http://botany.si.edu/antilles/West Indies ; Rana, P. K., et al, 2014, Uses of Local Plant Biodiversity among the Tribal Communities of Pangi Valley of District Chamba in Cold Desert Himalaya, India. The Scientific World Journal. Volume 2014, Article ID 753289, 15 pages ; Rashid, A., Anand, V.K. & Serwar, J., 2008, Less Known Wild Plants Used by the Gujjar Tribe of District Rajouri, Jammu and Kashmir State. International Journal of Botany 4(2):219-244 ; Rawat, G.S., & Pangtey, Y.P.S., 1987, A Contribution to the Ethnobotany of Alpine Regions of Kumaon. J. Econ. Tax. Bot. Vol. 11 No. 1 pp 139-147 ; 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 ; Redzic, S., 2010, Use of Wild and Semi-Wild Edible Plants in Nutrition and Survival of People in 1430 Days of Siege of Sarajevo during the War in Bosnia and Herzegovina (1992â€“1995). Coll. Antropol 34 (2010) 2:551-570 ; Reis, S. V. and Lipp, F. L., 1982, New Plant Sources for Drugs and Foods from the New York Botanical Garden herbarium. Harvard. p 53 ; Rigat, M et al, 2009, Ethnobotany of Food Plants in the High River Ter Valley (Pyrenees, catalonia, Iberian Peninsula): Non-Crop Food Vascular Plants and Crop Food Plants with medicinal Properties. Ecology of Food and Nutrition, 48:303-327 ; Rivera, D. et al, 2006, Gathered Mediterranean Food Plants - Ethnobotanical Investigations and Historical Development, in Heinrich M, MÃ¼ller WE, Galli C (eds): Local Mediterranean Food Plants and Nutraceuticals. Forum Nutr. Basel, Karger, 2006, vol 59, pp 18â€“74 ; Sansanelli, S., et al, 2014, Wild food plants traditionall consumed in the area of Bologna (Emilia Romagna region, Italy). Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine 10:69 ; Schneider, E., 2001, Vegetables from Amaranth to Zucchini: The essential reference. HarperCollins. p 573 ; Sharma, L. et al, 2018, Diversity, distribution pattern, endemism and indigenous uses of wild edible plants in Cold Desert Biosphere Reserve of Indian Trans Himalaya. Indian Journal of Traditional Knowledge. Vol 17(1) January 2018 pp 122-131 ; Simkova, K. et al, 2014, Ethnobotanical review of wild edible plants used in the Czech Republic. Journal of Applied Botany and Food Quality 88, 49-67 ; Skinner, G. & Brown, 1981, C., Simply Living. A gatherer's guide to New Zealand's fields, forests and shores. Reed. p 21 ; Sp. pl. 1:337. 1753, nom. cons. ; Stern, G., 1986, Australian Weeds. A Source of Food and Medicine. Harper & Row. p 182 ; Svanberg, I., et al, 2012, Edible wild plant use in the Faroe Islands and Iceland. Acta Societatis Botanicorum Poloniae 81(4): 233-238 ; Svanberg, I., 2012, The use of wild plants as food in pre-industrial Sweden. Acta Societatis Botanicorum Poloniae 81(4): 317-327 ; Tardio, J., et al, Ethnobotanical review of wild edible plants in Spain. Botanical J. Linnean Soc. 152 (2006), 27-71 ; Terra, G.J.A., 1973, Tropical Vegetables. Communication 54e Royal Tropical Institute, Amsterdam, p 70 ; Tronickova, E. & Krejcova, Z., 1987, Ortaggi, Instituto Geografico de Agostini, Cecoslovacchia. p 108 ; Upson, R., & Lewis R., 2014, Updated Vascular Plant Checklist and Atlas for the Falkland Islands. Falklands Conservation and Kew. ; USDA, ARS, National Genetic Resources Program. Germplasm Resources Information Network -

(GRIN). [Online Database] National Germplasm Resources Laboratory, Beltsville, Maryland. Available: www.ars-grin.gov/cgi-bin/npgs/html/econ.pl (10 April 2000) ; van Wyk, B., 2005, Food Plants of the World. An illustrated guide. Timber press. p 331 ; 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 ; www.chileflora.com ; Zhang, Y., et al, 2014, Diversity of wetland plants used traditionally in China: a literature review. Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine. 10:72