Rumex obtusifolius L., 1753
(Patience à feuilles obtuses)

Identifiants : 28232/rumobt

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 ;***
    - ***Ordre : Caryophyllales ;***
    - ***Famille : Polygonaceae ;***
- ***Classification/taxinomie traditionnelle :***
    - ***Règne : Plantae ;***
    - ***Division : Magnoliophyta ;***
    - ***Classe : Magnoliopsida ;***
    - ***Ordre : Polygonales ;***
    - ***Famille : Polygonaceae ;***
    - ***Genre : Rumex ;***
- ***Synonymes : Acetosa obtusifolia (L.) M.GÃ³mez, Lapathum obtusifolium (L.) Moench, Lapathum sylvestre Lam, Rumex agrestis (Fr.) Schur [Illegitimate], Rumex crispatulus Michx, Rumex laevigatus Willd. ex Spreng, Rumex obtusifolius var. agrestis Fr, Rumex obtusifolius subsp. agrestis (Fr.) Danser, Rumex obtusifolius subsp. obtusifolius ;***
- ***Synonymes français : patience sauvage, rumex à feuilles obtuses, doche (également utilisé pour le genre rumex), grande doche, parelle (plutôt attribué à Rumex crispus et au genre rumex), paradelle, épinard perpétuel (sauvage), oseille des champs, padarelle, oseille à crapauds ;***
- ***Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : broad-leaf dock, round-leaf dock, bitter dock , Alabardak, Bijuaca, Bitter rock, Kokukizil, Labaca, Lengua de vaca, Ramaza, Romaza, Stevie, Yabani labada ;***

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

jeunes feuilles et tiges - cuites ; graines - crues ou cuites ; germes de graines Un goût amer, surtout si les feuilles les plus anciennes sont utilisées. L?eau de cuisson est généralement changée au moins une fois, afin de réduire l'amertume. Les feuilles peuvent également être séchées pour une utilisation ultérieure. Les feuilles ont une saveur beaucoup plus douce lorsqu'elles sont produites pour la première fois, au début du printemps. La graine peut également être broyée en poudre et utilisée pour faire une bouillie ou ajoutée aux farines de céréales lors de la fabrication du pain, etc. Elle est plutôt petite et fastidieuse à récolter{{{5(+)}.

Détails :

Partie(s) comestible(s){{{0(+x)} : feuilles, légume{{{0(+x)µ.

Utilisation(s)/usage(s)µ{{{0(+x)} culinaires : les jeunes feuilles sont bouillies et utilisées dans les soupes et comme potherbe ; l'eau est changée une fois ou deux pendant la cuisson{{{0(+x)}.

Les jeunes feuilles sont bouillies et utilisées dans les soupes et comme potasse. L'eau est changée une ou deux fois pendant la cuisson. L'amidon de la racine est utilisé comme aliment de famine pour étendre la farine de pain, après élimination des éléments toxiques. Les graines peuvent être consommées crues ou cuites. Ils peuvent être broyés en

poudre

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)
89.9	156	38	2.9	0	0	1.1	0.4

La plante peut contenir des niveaux assez élevés d'acide oxalique, ce qui donne aux feuilles de nombreux membres de ce genre une saveur citronnée-acide. Parfaitement bonnes en petites quantités, les feuilles ne doivent pas être consommées en grande quantité car l'acide oxalique peut emprisonner d'autres nutriments dans les aliments, en particulier le calcium, provoquant ainsi des carences en minéraux. La teneur en acide oxalique sera réduite si la plante est cuite. Les personnes ayant tendance aux rhumatismes, à l'arthrite, à la goutte, aux calculs rénaux ou à l'hyperacidité doivent être particulièrement prudentes si elles incluent cette plante dans leur alimentation car elle peut aggraver leur état.La plante peut contenir des niveaux assez élevés d'acide oxalique, ce qui donne aux feuilles de nombreux membres de ce genre une saveur citronnée-acide. Parfaitement bonnes en petites quantités, les feuilles ne doivent pas être consommées en grande quantité car l'acide oxalique peut emprisonner d'autres nutriments dans les aliments, en particulier le calcium, provoquant ainsi des carences en minéraux. La teneur en acide oxalique sera réduite si la plante est cuite. Les personnes ayant tendance aux rhumatismes, à l'arthrite, à la goutte, aux calculs rénaux ou à l'hyperacidité doivent être particulièrement prudentes si elles incluent cette plante dans leur alimentation car elle peut aggraver leur état[{{{5(+)]*.*

- *Note médicinale : ***

- *Usages médicinaux : Les feuilles sont souvent appliquées à l'extérieur comme remède rustique dans le traitement des ampoules, des brûlures et des échaudures [4, 14]. La racine contient du tanin et est astringente et purifiante du sang [257]. Un thé à base de racines a été utilisé dans le traitement de la jaunisse, de la coqueluche, des furoncles et des saignements [4, 257]. Une infusion de racine a été utilisée comme lavage, en particulier chez les enfants, pour traiter les éruptions cutanées [257]. Un rapport indique que la racine a été utilisée comme contraceptif pour arrêter les menstruations [257]. La racine est récoltée au début du printemps et séchée pour une utilisation ultérieure [4]. ;*
  The leaves are often applied externally as a rustic remedy in the treatment of blisters, burns and scalds[4, 14]. The root contains tannin and is astringent and blood purifier[257]. A tea made from the roots has been used in the treatment of jaundice, whooping cough, boils and bleeding[4, 257]. An infusion of the root has been used as a wash, especially for children, to treat skin eruptions[257]. One report says that the root has been used as a contraceptive to stop menstruation[257]. The root is harvested in early spring and dried for later use[4].

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

Par AnRo0002, via wikimedia

- *Autres infos :*

  dont infos de "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

  - *Distribution :*

    C'est une plante tempérée. Il poussera dans la plupart des sols et des positions. Il est résistant au gel mais sensible à la sécheresse. En Argentine, il passe du niveau de la mer à 2000 m au-dessus du niveau de la mer. Herbier de Tasmanie. Au Yunnan[{{{0(+x) (traduction automatique)]*.*

    Original : It is a temperate plant. It will grow in most soils and positions. It is resistant to frost but sensitive to drought. In Argentina it grows from sea level to 2,000 m above sea level. Tasmania Herbarium. In Yunnan[{{{0(+x)]*.*

- ***Localisation :***

  Argentine, Asie, Australie, Bolivie, Brésil, Grande-Bretagne *, Chili, Chine, Colombie, Cuba, République dominicaine, Europe *, Malouines, France, Grèce, Haïti, Indochine, Italie, Jamaïque, Japon, Méditerranée, Mexique, Myanmar, Nouveau Zélande, Afrique du Nord, Amérique du Nord, Roumanie, Russie, Asie du Sud-Est, Slovénie, Amérique du Sud, Espagne, Taiwan, Tasmanie, Turquie, Uruguay, Venezuela, Antilles{{{0(+x) (traduction automatique)}.

  Original : Argentina, Asia, Australia, Bolivia, Brazil, Britain*, Chile, China, Colombia, Cuba, Dominican Republic, Europe*, Falklands, France, Greece, Haiti, Indochina, Italy, Jamaica, Japan, Mediterranean, Mexico, Myanmar, New Zealand, North Africa, North America, Romania, Russia, SE Asia, Slovenia, South America, Spain, Taiwan, Tasmania, Turkey, Uruguay, Venezuela, West Indies{{{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 :***

  - ***Wikipedia :***
    - https://fr.wikipedia.org/wiki/Patience_%C3%A0_feuilles_obtuses (en français) ***;***
    - https://de.wikipedia.org/wiki/Stumpfbl%C3%A4ttriger_Ampfer (source en allemand) ***;***

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

    dont classification :

  - ***"The Plant List" (en anglais) :*** www.theplantlist.org/tpl1.1/record/kew-2424875 ***;***

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

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

    Bodkin, F., 1991, Encyclopedia Botanica. Cornstalk publishing, p 895 ; Curtis, W.M., 1993, The Student's Flora of Tasmania. Part 3 St David's Park Publishing, Tasmania, p 585 ; Dashorst, G.R.M., and Jessop, J.P., 1998, Plants of the Adelaide Plains & Hills. Botanic Gardens of Adelaide and State Herbarium. p 52 ; Diaz-Betancourt, M., et al, 2001, Weeds as a future source for human consumption. (On Plants For A Future website) ; Facciola, S., 1998, Cornucopia 2: a Source Book of Edible Plants. Kampong Publications, p 187 ; Hani Medicine of Xishuangbanna, 1999, p 247 ; Hussey, B.M.J., Keighery, G.J., Cousens, R.D., Dodd, J., Lloyd, S.G., 1997, Western Weeds. A guide to the weeds of Western Australia. Plant Protection Society of Western Australia. p 202 ; Hyde-Wyatt, B.H. & Morris D.I., 1975, Tasmanian Weed Handbook. Dept of Ag Tasmania. p 24, 56 ; Lamp, C & Collet F., 1989, Field Guide to Weeds in Australia. Inkata Press. p 248 ; Low, T., 1991, Wild Herbs of Australia and New Zealand. Angus & Robertson. p 39 ; Low, T., 1992, Bush Tucker. Australia´s Wild Food Harvest. Angus & Robertson. p 153 ; Orhan, I., et al., 2009, Antiviral activity and cytotoxicity of the lipophilic extracts of various edible plants and their fatty acids. Food Chemistry 115: 701-705 (var. subalpinus) ; Paczkowska, G . & Chapman, A.R., 2000, The Western Australian Flora. A Descriptive Calatogue. Western Australian Herbarium. p 461 ; 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 ; 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 ; Plants For A Future database, The Field, Penpol, Lostwithiel, Cornwall, PL22 0NG, UK. https://www.scs.leeds.ac.uk/pfaf/ ; Plants of Haiti Smithsonian Institute https://botany.si.edu/antilles/West Indies ; Schneider, E., 2001, Vegetables from Amaranth to Zucchini: The essential reference. HarperCollins. p 574 ; Sp. pl. 1:335. 1753 ; Stern, G., 1986, Australian Weeds. A Source of Food and Medicine. Harper & Row. p 69 ; Tasmanian Herbarium Vascular Plants list p 45