

Rumex patientia L., 1753 (Oseille épinard)

Identifiants : 28238/rumpat

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

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 10/05/2024

- **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 :** *Rumex patientia* (nom invalide [erreur = écriture/orthographe incorrecte/fausset/erronée] ou variante orthographique valide ? (qp*)) ;
- **Synonymes français :** oseille-épinard, épinard perpétuel (sauvage et cultivé), épinard-oseille, grande patience, oseille (plutôt attribué à *Rumex acetosa* et au genre *rumex*), patience, patience oseille, oseille patience, pareille épinard, patience des moines, oseille perpétuelle, chou de Paris, patience des jardins, épinard immortel, grande pareille, pareille (plutôt attribué à *Rumex crispus* et au genre *rumex*), oseille à crapaud, doche (plutôt attribué à *Rumex obtusifolius* et au genre *rumex*), dogue (plutôt attribué au genre *rumex*), fausse-oseille (fausse oseille), langue de boeuf, langue de vache, oseille des boeufs, pareille des moines, dougue, *rumex patience*, patience d'Orient [subsp. *orientalis*] ;
- **Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) :** patience dock, spinach dock, herb patience, ba tian suan mo (cn transcrit), engelsk spinat (da), englischer Spinat (de), Gartenampfer (de), Gemüseampfer (de), romice erba pazienza (it), azeda-espinafre (pt), hierba de la paciencia (es), spenatskräppa (sv) ;



- **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(+x)}}} : feuilles, racines, légume^{{{{0(+x)}}}}. Utilisation(s)/usage(s)^{{{{0(+x)}}} **culinaires :** -les jeunes feuilles sont consommées comme légume^{{{{0(+x)}}} (ex. : comme potherbe, substitut d'épinard^{{{{0(dp*)}}}) ; elles sont cuites ou ajoutées aux soupes ; -les racines sont douces et sont mangées^{{{{0(+x)}}}.(1*)

Détails :

Les feuilles peuvent être consommées crues ou cuites, dans des salades, dans des soupes et des ragoûts, ou en couches dans des plats cuits au four comme des lasagnes. Les feuilles sont riches en minéraux et peuvent être récoltées à tout moment^{{{{wiki}}}}.

Les jeunes feuilles se mangent comme un légume. Ils sont cuits ou ajoutés aux soupes. Les feuilles sont utilisées pour le sarma en Turquie. Ils sont enroulés autour d'une garniture de riz ou de viande hachée. Les racines sont sucrées et se mangent



(1*)ATTENTION : la plante entière contient des oxalates (acide oxalique) pouvant provoquer des troubles chez les personnes sensibles.

Selon les proportions consommées et la personne, celui-ci peut endommager les reins s'il est ingéré régulièrement pendant plusieurs mois. Cependant celui-ci peut être éliminé en changeant simplement l'eau de cuisson.

Cf. fiche toxine pour plus d'informations.(1*)ATTENTION : la plante entière contient des oxalates (acide oxalique) pouvant provoquer des troubles chez les personnes sensibles^{{{(dp*)(5(+x),27(+x))}}}.

Selon les proportions consommées et la personne, celui-ci peut endommager les reins s'il est ingéré régulièrement pendant plusieurs mois. Cependant celui-ci peut être éliminé en changeant simplement l'eau de cuisson^{{{(dp*)}}}.

Cf. fiche toxine pour plus d'informations^{{{(rp*)}}}.

- **Note médicinale : ***

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



De gauche à droite :

**Par Icones florae Germanicae et Helveticae, simul Pedemontanae, Tirolensis, Istriacae, Dalmaticae, Austriacae, Hungaricae, Transylvanicae, Moravicae, Borussicae, Holsaticae, Belgicae, Hollandicae, ergo Mediae Europae. Iconographia et supplementum ad opera Willdenowii [et al.] ... By Reichenbach, H. G. Ludwig (Heinrich Gottlieb Ludwig), 1793-1879 , Iconographia botanica., via flickr
Par Sturm, J., Sturm, J.W., Deutschlands flora (1798-1855) Deutschl. Fl., via plantillustrations
Par Hugues Tinguy, via INPN**

- **Autres infos :**

dont infos de "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

- **Statut :**

C'est un légume cultivé commercialement^{{{(0(+x)) (traduction automatique)}}}.

Original : It is a commercially cultivated vegetable^{{{(0(+x))}}}.

- **Distribution :**

C'est une plante de climat tempéré ou méditerranéen. Il pousse dans les zones humides. Au Sichuan^{{{(0(+x)) (traduction automatique)}}}.

Original : It is a temperate or Mediterranean climate plant. It grows in wetlands. In Sichuan^{{{(0(+x))}}}.

- **Localisation :**

Albanie, Asie, Balkans, Bosnie, Grande-Bretagne, Bulgarie, Chine, République dominicaine, Europe, Grèce, Haïti, Hongrie, Inde, Kazakhstan, Kirghizistan, Macédoine, Mongolie, Amérique du Nord, Pakistan, Palestine, Roumanie, Russie, Sénégal, Serbie, Slovénie, Tadjikistan, Turquie, USA, Afrique de l'Ouest, Antilles^{{{(0(+x)) (traduction automatique)}}}.

Original : Albania, Asia, Balkans, Bosnia, Britain, Bulgaria, China, Dominican Republic, Europe, Greece, Haiti, Hungary, India, Kazakhstan, Kyrgyzstan, Macedonia, Mongolia, North America, Pakistan, Palestine, Romania, Russia, Senegal, Serbia, Slovenia, Tajikistan, Turkey, USA, West Africa, West Indies^{{{(0(+x))}}}.

◦ Notes :

Il existe environ 200 espèces de Rumex. Il est riche en vitamines A et C^{{{0(+x)}}} (traduction automatique).

Original : There are about 200 Rumex species. It is rich in Vitamin A & C^{{{0(+x)}}}.

• Liens, sources et/ou références :

- Tela Botanica : <https://www.tela-botanica.org/bdtfx-nn-58833> ;
- INPN : https://inpn.mnhn.fr/espece/cd_nom/119558/tab/fiche ;
- ⁵"Plants For a Future" (en anglais) : https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Rumex_patientia ;

dont classification :

- "The Plant List" (en anglais) : www.theplantlist.org/tpl1.1/record/kew-2424661 ;
- "GRIN" (en anglais) : <https://npgsweb.ars-grin.gov/gringlobal/taxon/taxonomydetail?id=32544> ;

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

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

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 535 ; Dogan, Y. et al, 2013, Wild Edible Plants sold in the Local Markets of Izmir, Turkey. Pak. J. Bot. 45(S1): 177-184 ; Facciola, S., 1998, Cornucopia 2: a Source Book of Edible Plants. Kampong Publications, p 187 ; FAO, 1988, Traditional Food Plants, FAO Food and Nutrition Paper 42. FAO Rome p 431 ; Hedrick, U.P., 1919, (Ed.), Sturtevant's edible plants of the world. p 584 ; Hinnawi, N. S. A., 2010, An ethnobotanical study of wild edible plants in the Northern West Bank "Palestine". An-Najah National University. p 95 ; Hu, Shiu-ying, 2005, Food Plants of China. The Chinese University Press. p 375 ; Jardin, C., 1970, List of Foods Used In Africa, FAO Nutrition Information Document Series No 2.p 98 ; Kargioglul, M. et al, 2010, Traditional Uses of Wild Plants in the Middle Aegean Region. Human Ecology 38:429-450 ; 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 ; Mabey, R., 1973, Food for Free. A Guide to the edible wild plants of Britain, Collins. p 105 ; Martin, F.W. & Ruberte, R.M., 1979, Edible Leaves of the Tropics. Antillian College Press, Mayaguez, Puerto Rico. p 214 ; Pieroni, A. et al, 2013, One century later: the folk botanical knowledge of the last remaining Albanians of the upper Reka Valley, Mount Korab, Western Macedonia. Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine. 9:22 ; 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](https://botany.si.edu/antilles/West%20Indies) ; 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 ; Schneider, E., 2001, Vegetables from Amaranth to Zucchini: The essential reference. HarperCollins. p 574 ; Sp. pl. 1:333. 1753 ; Terra, G.J.A., 1973, Tropical Vegetables. Communication 54e Royal Tropical Institute, Amsterdam, p 70 ; 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)