

Arctium lappa L. subsp. platylepis

Identifiants : 2957/arclapa

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

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 12/05/2024

• Classification phylogénétique :

- Clade : Angiospermes ;
- Clade : Dicotylédones vraies ;
- Clade : Astéridées ;
- Clade : Campanulidées ;
- Ordre : Asterales ;
- Famille : Asteraceae ;

• Classification/taxinomie traditionnelle :

- Règne : Plantae ;
- Division : Magnoliophyta ;
- Classe : Magnoliopsida ;
- Ordre : Asterales ;
- Famille : Asteraceae ;
- Genre : Arctium ;

• Synonymes : Arctium edule (Siebold ex Miq.) Nakai, Arctium majus Bernh. Lappa edulis Siebold ex Miq, Lappa major Gaertn, Lappa officinalis All ;

• Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : Halemhort , Baomujicigen, Bojtorjan, Cicak, Clotbur, Cuckold, Elaba, Gobo, Harlock, Kurya, Lopuch, Navadni repinec, Ngao pong, Niu pang, Niubangzi, Repuh, Ueong, Uong ;



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

Feuille (feuilles cuites^{[[[27(+x)]]} [nourriture/aliment : légume^{[[[2(+)(dp*),27(+x)]]} {ex. : comme potherbe^{[[[dp*)]]}}] μ1, fleur μ1, graines¹ et racine (racines cuites^{[[[27(+x)]]} [nourriture/aliment : légume^{[[[2(+)(dp*),27(+x)]]}])¹ comestibles.

Détails :

-racine - crue ou cuite^{[[[0(+x),5(+)]} ; les très jeunes racines peuvent être consommées crues, mais les racines plus anciennes sont normalement cuites ; elles peuvent mesurer jusqu'à 120 cm de long et 2,5 cm de large au sommet, mais il est préférable de

Les jeunes racines sont sautées ou ajoutées aux soupes et ragoûts une fois que l'élément amer est éliminé. Cela se fait par pelage puis trempage dans l'eau pendant une heure. Les racines peuvent également être marinées, transformées en pâte ou en boisson. Les jeunes feuilles peuvent être consommées cuites comme légume. La moelle de la tige de la fleur peut être consommée en salade. Les Seeds peuvent être germés et consommés

Partie testée : racine - crue^{[[[0(+x)]]} (traduction automatique)

Original : Root - raw^{[[[0(+x)]]}

Taux d'humidité	Énergie (kj)	Énergie (kcal)	Protéines (g)	Pro-vitamines A (μg)	Vitamines C (mg)	Fer (mg)	Zinc (mg)
80.1	301	72	1.5	0	3	0.8	0.3



des précautions doivent être prises lors de la récolte de des graines, peu importe la quantité, car leurs poils minuscules

peuvent être inhalés et ils sont toxiques ; peut provoquer des réactions allergiques ; contre-indiqué pendant la grossesse⁽⁽⁽⁵⁺⁾⁾.

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

- *Liens, sources et/ou références :*

dont classification :

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