

Tetragonia tetragonoides (Pall.) Kuntze, 1891 (Tétragone)

Identifiants : 38871/tettet

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

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 29/04/2024

- Classification phylogénétique :

- Clade : Angiospermes ;
- Clade : Dicotylédones vraies ;
- Ordre : Caryophyllales ;
- Famille : Aizoaceae ;

- Classification/taxinomie traditionnelle :

- Règne : Plantae ;
- Division : Magnoliophyta ;
- Classe : Magnoliopsida ;
- Ordre : Caryophyllales ;
- Famille : Aizoaceae ;
- Genre : Tetragonia ;

- Synonymes : *Demidovia tetragonoides* Pall. 1781, *Tetragonia expansa* Murray (= basionym, *Tetragonia expansa* Murray 1783, *Tetragonia tetragonoides* (nom invalide (Pall.) Kuntze 1891 ;

- Synonymes français : épinard de Nouvelle-Zélande (épinard de la Nouvelle Zélande, épinard de Nouvelle Zélande), épinard d'été, tétragone cornue, tétragone étalée, épinard des pauvres, brède épinard ;

- Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : New Zealand-spinach (New Zealand spinach), warrigal-cabbage (warrigal cabbage), wild spinach, warrigal greens (au), warrigal spinach, fan xing (cn transcrit), Neuseelandspinat (de), spinaccio della Nuova Zelanda (it), spinacio della Nuova Zelanda (it), tsuru-na (jp romaji), beonhaengcho (ko transcrit), espinafre-da-nova-zelândia (pt,br), espinaca de Nueva Zelandia (es), nyzeeländsk spenat (sv) ;

- Rusticité (résistance face au froid/gel) : -3/-5°C (et même jusqu'à -8°C selon alsagarden) ;



- 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(+)}}} : feuilles, légume^{{{0(+)}}}.

Utilisation(s)/usage(s)^{{{0(+)}}} culinaires : les feuilles charnues et les sommets sont consommés ; ils peuvent être consommés crus, cuits à la vapeur, bouillis, sautés, à la crème, servis avec des champignons, ou pour en faire une quiche^{{{0(+)}}} ; feuilles et extrémités cuites comme potherbe (ex. : substitut d'épinard)^{{{(dp*)}}}.(1*)



(1*)ATTENTION : elles peuvent contenir des oxalates et des nitrates qui peuvent être toxiques.

La tétragone cornue ne doit pas être confondue avec les espèces du genre *Datura*, toutes toxiques et potentiellement mortelles, dont les feuilles ressemblent à celles de la tétragone. En juillet 2020, toute une famille de l'Est de la France est hospitalisée en réanimation à la suite d'une confusion dans son potager.(1*)ATTENTION^{0(+)}}} : elles peuvent contenir des

oxalates et des nitrates qui peuvent être toxiques^{{{{0(+x)}}}.

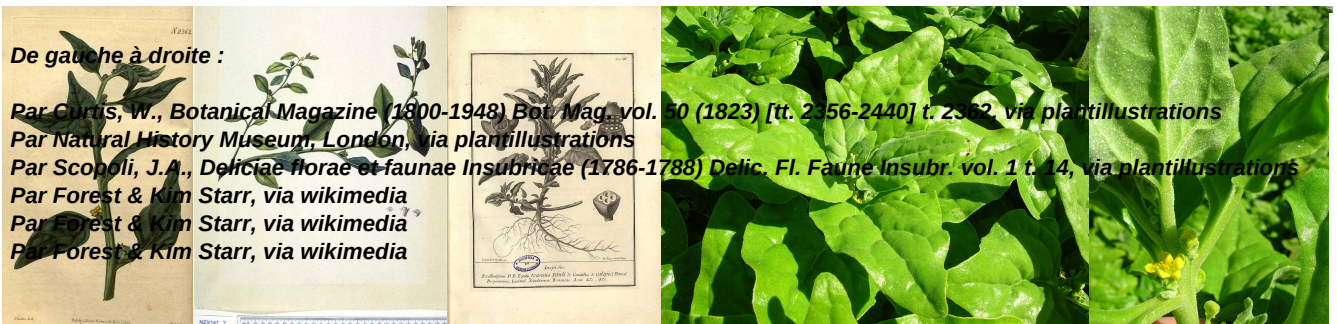
La tétragone cornue ne doit pas être confondue avec les espèces du genre *Datura*, toutes toxiques et potentiellement mortelles, dont les feuilles ressemblent à celles de la tétragone. En juillet 2020, toute une famille de l'Est de la France est hospitalisée en réanimation à la suite d'une confusion dans son potager^{{{{wiki}}}.

- Note médicinale : **

- Usages médicaux : Les feuilles de *Tetragonia tetragonioides* contiennent de nombreux composés aux multiples propriétés. On y trouve des saponines, des phénylpropanoïdes, des polysaccharides anti-inflammatoires³ et des glycolipides à l'activité anti-ulcère.

Elle est également riche en vitamines B et en vitamine C^{{{{wiki}}} ;

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



- Petite histoire-géo : Cette tétragone était consommée par les Maoris et les autres populations indigènes de Nouvelle-Zélande. Elle fut mentionnée pour la première fois par le capitaine Cook lorsqu'il y débarqua. Ramassée, elle fut immédiatement cuite et consommée pour lutter contre le scorbut avec lequel son équipage était aux prises. Elle se propagea en Europe après y avoir été ramenée par le botaniste et explorateur anglais Joseph Banks, compagnon de voyage de James Cook durant la seconde moitié du XVIII^e siècle. Elle est introduite en France en 1830. Elle est aujourd'hui peu vendue en France, mais parfois cultivée par des jardiniers amateurs^{{{{wiki}}}.

- Nombre de graines au gramme : 20 ;

- Liens, sources et/ou références :

- Tela Botanica : <https://www.tela-botanica.org/bdtfx-nn-67274> ;
- Wikipedia :
 - [https://fr.wikipedia.org/wiki/Tetragonia_tetragonioides_\(en_français\)](https://fr.wikipedia.org/wiki/Tetragonia_tetragonioides_(en_français)) ;

dont classification :

- "The Plant List" (en anglais) : www.theplantlist.org/tpl1.1/record/kew-2445492 ;
- "GRIN" (en anglais) : <https://npgsweb.ars-grin.gov/gringlobal/taxon/taxonomydetail?id=36385> ;
- MMPND (en anglais) ;

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

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

Ambasta, S.P. (Ed.), 2000, *The Useful Plants of India*. CSIR India. p 630 ; Bianchini, F., Corbetta, F., and Pistoia, M., 1975, *Fruits of the Earth*. Cassell. p 78 (As *Tetragonia expansa*) ; Bindon, P., 1996, *Useful Bush Plants*. Western Australian Museum. p 249 ; Bodkin, F., 1991, *Encyclopedia Botanica*. Cornstalk publishing, p 971 ; Burkill, H. M., 1985, *The useful plants of west tropical Africa*, Vol. 1. Kew. ; 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 2182 (As *Tetragonia expansa*) ; Chen, B. & Qiu, Z., *Consumer's Attitudes towards Edible Wild Plants*, Ishikawa Prefecture, Japan. p 26 www.hindawi.com/journals/ijfr/aip/872413.pdf ; Cheifetz, A., (ed), 1999, *500 popular vegetables, herbs, fruits and nuts for Australian Gardeners*. Random House p 104