

***Umbilicus rupestris* (Salisb.) Dandy, 1948**

(Nombril-de-Vénus commun)

Identifiants : 39961/umbrup

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

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 02/05/2024

- **Classification phylogénétique :**

- **Clade :** Angiospermes ;
- **Clade :** Dicotylédones vraies ;
- **Ordre :** Saxifragales ;
- **Famille :** Crassulaceae ;

- **Classification/taxinomie traditionnelle :**

- **Règne :** Plantae ;
- **Division :** Magnoliophyta ;
- **Classe :** Magnoliopsida ;
- **Ordre :** Rosales ;
- **Famille :** Crassulaceae ;
- **Genre :** *Umbilicus* ;

- **Synonymes :** *Cotyledon neglecta* Cout, *Cotyledon pendulina* (DC.) Vierh. [Illegitimate], *Umbilicus pendulinus* DC, et d'autres ;

- **Synonymes français :** ombilic des rochers, nombril, ombilic de Vénus, nombril de Vénus, gobelet, oreille d'abbé, cotylet, cotylédon, coucoumelle, coucoumèle, cymballion, carinet, escudet ;

- **Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) :** pennywort, navelwort, wall pennywort ;



- **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^{0(+X)}. **Utilisation(s)/usage(s) culinaire(s) :** Feuilles - crues ou cuites^{{{(5+)}}}. Elles sont tendres et ont une saveur douce très acceptable, lorsqu'elles sont jeunes, en hiver et au début du printemps, où elles peuvent être utilisées en quantité dans les salades, mais un goût plus relevé, moins agréable, en été^{{{(dp*)/5(K)}}}.

Détails :

Les feuilles vertes, voire les tiges, sont comestibles crues (en dehors de la saison estivale) : très tendres, elles ont un goût de concombre juteux et une texture un peu gélatineuse. Les feuilles plus âgées peuvent être légèrement acidulées à l'aube (goût dû à l'accumulation nocturne d'acide citrique, isoctrique et malique synthétisés au cours du métabolisme acide crassulacéen et à la désacidification diurne progressive). Elles peuvent être conservées dans du vinaigre à la manière des cornichons ou préparées en salade. Les inflorescences également comestibles sont amères et peu plaisantes à manger.

En Bretagne, on écrasait ses feuilles fraîches pour en extraire le suc dont on frottait avec un chiffon les poêles et crêpières pour les « graisser », évitant ainsi que la nourriture s'y attache. Cette technique était notamment utilisée pour « culotter » les poêles lorsqu'elles étaient neuves. Le nom breton de la plante, *krapouezh-mouezig* (crêpes musicales) fait peut-être allusion au crépitement du métal chaud lorsque la feuille est appliquée dessus.

Dédiée à la déesse Vénus à qui on réserve souvent les plantes les plus raffinées, elle entrait au Moyen Âge dans la

composition des filtres d'amour^{{{{wiki}}}}.

Les feuilles se mangent en salade. Ils peuvent être frits avec d'autres légumes



néant, inconnus ou indéterminés.néant, inconnus ou indéterminés.

• Note médicinale : *

- Usages médicaux : Les feuilles ont un usage médicinal : diurétiques, cholagogues, vulnérables ; après en avoir retiré la cuticule inférieure, on les applique sur les plaies pour les aider à cicatriser, sur les brûlures pour en calmer la douleur ou comme maturatif pour soigner abcès, furoncles et panaris. Cet usage est résumé dans l'expression de l'ethnobotaniste Pierre Lieutaghi, « un pansement tout préparé »^{{{{wiki}}}}.

Les feuilles sont légèrement analgésiques[7]. Le jus et l'extrait de la plante ont une vieille réputation pour le traitement de l'épilepsie[4]. Les feuilles sont également transformées en cataplasme et utilisées dans le traitement des hémorroïdes, des brûlures légères et des échaudures[4, 7]. Une décoction de feuilles est considérée comme rafraîchissante et diurétique et le jus pris à l'intérieur est réputé excellent pour traiter les inflammations du foie et de la rate ;
The leaves are mildly analgesic[7]. The juice and extract of the plant have an old reputation for the treatment of epilepsy[4]. The leaves are also made into a poultice and used in the treatment of piles, slight burns and scalds[4, 7]. A decoction of the leaves is considered to be cooling and diuretic and the juice taken inwardly is said to be excellent for treating inflammations of the liver and spleen[4]

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



De gauche à droite :

Par Ricardo, via wikimedia

Par

Par Bonelli, G., Hortus Romanus juxta Systema Tournefortianum (1772-1793) Hort. Rom., via plantillustrations

• Autres infos :

dont infos de "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

◦ Distribution :

C'est une plante tempérée. Ils poussent sur les rochers, les falaises et les vieux murs. Ils poussent dans les régions côtières et montagneuses^{{{{0(+x)}}}} (traduction automatique).

Original : It is a temperate plant. They grow on rocks, cliffs and old walls. They grow in coastal and mountain regions^{{{{0(+x)}}}}.

◦ Localisation :

Afrique, Grande-Bretagne, Europe, France, Grèce, Irlande, Italie, Méditerranée, Afrique du Nord, Portugal, Espagne, Turquie, USA^{{{{0(+x)}}}} (traduction automatique).

Original : Africa, Britain, Europe, France, Greece, Ireland, Italy, Mediterranean, North Africa, Portugal, Spain, Turkey, USA^{{{{0(+x)}}}}.

• Liens, sources et/ou références :

- **Garrigue gourmande** : http://garrigue-gourmande.fr/index.php?option=com_content&view=article&id=1084&Itemid=102 ;
- **Wikipedia** :
- [https://fr.wikipedia.org/wiki/Umbilicus_rupestris_\(en_français\)](https://fr.wikipedia.org/wiki/Umbilicus_rupestris_(en_français)) ;
- ⁵"**Plants For a Future**" (en anglais) : https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Umbilicus_rupestris ;

dont classification :

- "**The Plant List**" (en anglais) : www.theplantlist.org/tpl1.1/record/kew-2446661 ;

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

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

Blamey, M and Grey-Wilson, C., 2005, Wild flowers of the Mediterranean. A & C Black London. p 73 ; Michael, P., 2007, Edible Wild Plants and Herbs. Grub Street. London. p 242 ; Plants For A Future database, The Field, Penpol, Lostwithiel, Cornwall, PL22 0NG, UK. <https://www.scs.leeds.ac.uk/pfaf/> ; H. J. Riddelsdell et al., Fl. Gloucestershire 611. 1948