

Urtica hyperborea Jacq. ex Wedd.

Identifiants : 40036/urthyp

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 : Rosidées ;
- Clade : Fabidées ;
- Ordre : Rosales ;
- Famille : Urticaceae ;

- Classification/taxinomie traditionnelle :

- Règne : Plantae ;
- Division : Magnoliophyta ;
- Classe : Magnoliopsida ;
- Ordre : Urticales ;
- Famille : Urticaceae ;
- Genre : Urtica ;

- Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : , Pachoo, Siun, Zachhut, Zatsut ;



- Note comestibilité : ***

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

Parties comestibles : feuilles^{{{0(+)}}} (traduction automatique) | Original : Leaves^{{{0(+)}}} Les jeunes feuilles sont cuites et mangées. Ils sont cuits, pressés et frits pour faire des légumes. Ils sont également utilisés dans les soupes

Partie testée : feuilles poids sec^{{{0(+)}}} (traduction automatique)
Original : Leaves dry wt^{{{0(+)}}}

Taux d'humidité	Énergie (kj)	Énergie (kcal)	Protéines (g)	Pro-vitamines A (µg)	Vitamines C (mg)	Fer (mg)	Zinc (mg)
0	0	0	26.8	0	0	41	0



néant, inconnus ou indéterminés.

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



Par karlostachys (Christian Bravard), via garden

- Liens, sources et/ou références :

° ⁵"Plants For a Future" (en anglais) : https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Urtica_hyperborea ;

dont classification :

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

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

Ambasta, S.P. (Ed.), 2000, *The Useful Plants of India*. CSIR India. p 664 ; Boesi, A., 2014, *Traditional knowledge of wild food plants in a few Tibetan communities*. *Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine* 10:75 ; Dobriyal, M. J. R. & Dobriyal, R., 2014, *Non Wood Forest Produce an Option for Ethnic Food and Nutritional Security in India*. *Int. J. of Usuf. Mngt.* 15(1):17-37 ; Kaul, M.K. et al, 1985, *Ethno-botanic studies in North-West and Trans-Himalaya - contribution to the wild food plants of Ladakh*. *J.Econo. Tax. Bot.* Vol. 6 No. 3 pp 523-527 ; Misra, S. et al, 2008, *Wild leafy vegetables: A study of their subsistence dietetic support to the inhabitants of Nanda Devi Biosphere reserve, India*. *Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine*. 4:15 ; *Plants for a Future database*, The Field, Penpol, Lostwithiel, Cornwall, PL22 0NG, UK. <http://www.scs.leeds.ac.uk/pfaf/> ; Polunin, O., & Stainton, A., 2006, *Flowers of the Himalaya*, Oxford India Paperbacks. p 366 ; Rawat, G.S., & Pangtey, Y.P.S., 1987, *A Contribution to the Ethnobotany of Alpine Regions of Kumaon*. *J. Econ. Tax. Bot.* Vol. 11 No. 1 pp 139-147 ; Reis, S. V. and Lipp, F. L., 1982, *New Plant Sources for Drugs and Foods from the New York Botanical Garden herbarium*. Harvard. p 47 ; Sharma, L. et al, 2018, *Diversity, distribution pattern, endemism and indigenous uses of wild edible plants in Cold Desert Biosphere Reserve of Indian Trans Himalaya*. *Indian Journal of Traditional Knowledge*. Vol 17(1) January 2018 pp 122-131 ; Singh, H.B., Arora R.K., 1978, *Wild edible Plants of India*. Indian Council of Agricultural Research, New Delhi. p 38