

Barbarea verna (Mill.) Asch., 1860 variegata (Cresson des jardins)

Identifiants : 4199/barver3

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 ;
- Clade : Rosidées ;
- Clade : Malvidées ;
- Ordre : Brassicales ;
- Famille : Brassicaceae ;

• Classification/taxinomie traditionnelle :

- Règne : Plantae ;
- Division : Magnoliophyta ;
- Classe : Magnoliopsida ;
- Ordre : Caparales ;
- Famille : Brassicaceae ;
- Genre : Barbarea ;

• Synonymes : *Barbarea praecox* (Sm.) R. Br, *Erysimum vernum* Mill ;

• Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : *Early cress, American land cress, Land cress, Scurvy grass* ;

• Rusticité (résistance face au froid/gel) : -10/-15°C ;



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

Feuilles et jeunes pousses (dont tiges) consommées aussi bien crues, en salade, que cuites, comme légume (potherbe), en potées ou accompagnement de plat ; le goût est acidulé et piquant (poivré).

Détails :

Feuille (jeunes feuilles) [nourriture/aliment] : salade ; feuilles et tiges cuites (bouillies) [nourriture/aliment] : légume vert {potherbe, brède} comestible.

Plante cultivée localement.

Les feuilles peuvent être consommées en salade. Ils peuvent être cuits mais perdent leur volume avec la cuisson. Les jeunes fleurs peuvent être consommées au stade du bouton. Les graines peuvent être utilisées pour aromatiser. Les graines germées sont consommées en salade

Partie testée : feuilles (traduction automatique)

Original : Leaves

Taux d'humidité	Énergie (kj)	Énergie (kcal)	Protéines (g)	Pro- vitamines A (µg)	Vitamines C (mg)	Fer (mg)	Zinc (mg)
	89	21	5.14	0	130	0	0



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

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

- *Liens, sources et/ou références :*

dont classification :