

Achillea millefolium L., 1753 (Achillée millefeuille)

Identifiants : 468/achmil

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

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 06/05/2024

- **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 : Achillea ;

- **Synonymes français :** herbe de la Saint-Jean (herbe de la Saint Jean, herbe de Saint Jean), herbe aux charpentiers (herbe au charpentier), herbe aux coupures (herbe à la coupure), millefeuille, herbe aux cochers, saigne-nez, herbe à dinde, herbe de Saint-Joseph, herbe aux militaires, sourcil de Vénus. ;

- **Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) :** yarrow, milfoil, yarrow, angel flower, bloodwort, common yarrow, soldier's woundwort, soldiers woundwort, staunchweed, thousand seal, thousand-leaf, yang shi cao (cn transcrit), gewöhnliche Schafgarbe (de), gemeine Schafgarbe (de), Schafgarbe (de), Wiesen-Schafgarbe (de), millefoglio (it), seoyangtopbul (ko transcrit), milefólio (pt), tysâ?elistnik obyknovennyj (ru translittéré), milenrama (es), röllika (sv) ;



- **Note comestibilité :** ***

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

Feuille (jeunes et/ou tendres (dont basales) et fraîches ou séchées : aromatisantes³⁶ [(cruées, cuites)^{1,5,55} ; dont boissons^{1,5,7,55}] et fleur (dont boutons (idem feuille)¹ : aromatisantes [dont sucre ; boissons^{5,55} ; conserves]¹) comestibles.²(1*)

Détails :

Feuilles, herbe, épice, légume. Les feuilles sont consommées en petites quantités pour faire une addition fraîche un peu amère dans les salades ; les fines feuilles arrachées aux tiges sont également bien bouillies puis mangées^{{{(0(+x))}}} (ex. : comme potherbe^{{{(dp*)}}}) ; les feuilles séchées sont également utilisées pour le thé ; elles sont également utilisées comme substitut du houblon ; les jeunes feuilles sont cuites comme légume^{{{(0(+x))}}}.

La plante a également été utilisée comme agent de coagulation / caillage (caille-lait) pour la préparation de fromage^{{{(---241(dp*)}}.(1*)}

Les feuilles sont consommées en petites quantités pour faire un ajout frais un peu amer aux salades. Les fines feuilles arrachées des tiges sont également bien bouillies puis mangées. (Il a la réputation d'être une plante médicinale). Les feuilles séchées sont également utilisées pour le thé. Ils sont également utilisés comme substitut du houblon. Les jeunes feuilles

sont cuites comme légume. Ils sont également utilisés pour les cornichons. Les fleurs sont utilisées dans les tisanes et la limonade. Ils sont également frits dans du beurre et saupoudrés de sucre ou de jus d'orange. Attention: Il ne doit probablement pas être consommé en quantités importantes ni pendant de longues périodes car il peut provoquer des éruptions cutanées

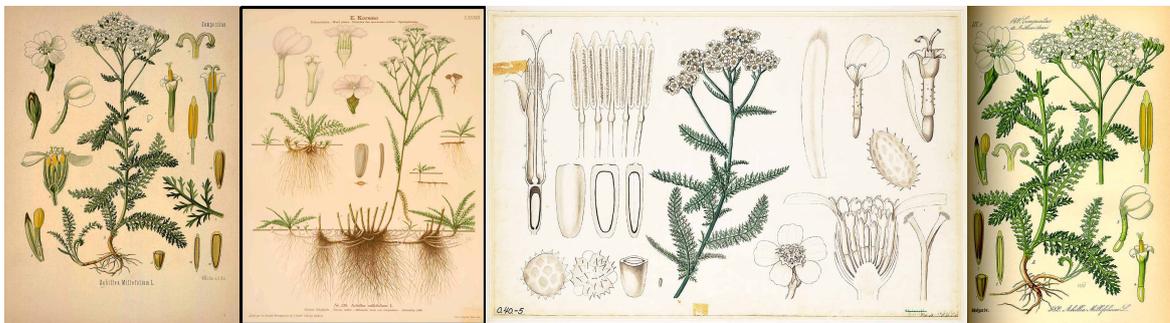
Partie testée : feuilles - saveur^{{{(0(+x)) (traduction automatique)}}
Original : Leaves - flavour^{{{(0(+x))}}

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



(1*)ATTENTION : plusieurs risques essentiellement liés à une utilisation prolongée et/ou excessive ; cf. "Known Hazards" (risques connus) sur "PFAF"("5"). néant, inconnus ou indéterminés.

- Note médicinale : ****
- Usages médicaux : Il a une réputation d'être un remède en médecine^{{{(0(+x))}} ;
- Illustration(s) (photographie(s) et/ou dessin(s)):



De gauche à droite :

Par Köhler, F.E., Köhler's Medizinal Pflanzen (1883-1914) Med.-Pfl., via plantillustrations

Par Korsmo, E., Unkrauttafeln - Weed plates - Planches des mauvaises herbes - Ugressplansjer (1934-1938), via plantillustrations

Par Botanische wandplatten, via plantillustrations

Par Thomé, O.W., Flora von Deutschland Österreich und der Schweiz (1886-1889) Fl. Deutschl., via plantillustrations

- Autres infos :

dont infos de "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

- Statut :

Il est vendu sur les marchés locaux. Les plantes fourragères sont fournies aux restaurants en Suède^{{{(0(+x)) (traduction automatique)}}.

Original : It is sold in local markets. Foraged plants are provided to restaurants in Sweden^{{{(0(+x))}}.

- Distribution :

Une plante tempérée. La plante est originaire d'Europe. Il convient à la plupart des conditions du sol. Il résiste à la sécheresse et au gel. Il pousse mieux dans les sols bien drainés. Il convient aux zones de rusticité 3-10. Jardins botaniques de Hobart. Herbarium de Tasmanie^{{{(0(+x)) (traduction automatique)}}.

Original : A temperate plant. The plant is native to Europe. It suits most soil conditions. It is drought and frost resistant. It grows best in well drained soils. It suits hardiness zones 3-10. Hobart Botanical Gardens. Tasmania Herbarium^{{{(0(+x))}}.

◦ Localisation :

Afrique, Alaska, Argentine, Asie, Australie, Autriche, Balkans, Bolivie, Bosnie, Botswana, Brésil, Grande-Bretagne, Bulgarie, Canada, Caucase, Chili, Chine, Croatie, Danemark, République dominicaine, Estonie, Europe *, Malouines, France, Géorgie, Allemagne, Grèce, Groenland, Hawaï, Hongrie, Islande, Inde, Indonésie, Irlande, Italie, Kazakhstan, Lituanie, Luxembourg, Macédoine, Méditerranée, Mexique, Mongolie, Pays-Bas, Nouvelle-Zélande, Amérique du Nord, Norvège, Pacifique, Pakistan, Portugal, Roumanie, Russie, Scandinavie, Asie du Sud-Est, Serbie, Slovaquie, Amérique du Sud, Espagne, Suède, Suisse, Tasmanie, Turquie, Ukraine, Uruguay, USA, Venezuela, Antilles^{{{(0+*)}}} (traduction automatique).

Original : Africa, Alaska, Argentina, Asia, Australia, Austria, Balkans, Bolivia, Bosnia, Botswana, Brazil, Britain, Bulgaria, Canada, Caucasus, Chile, China, Croatia, Denmark, Dominican Republic, Estonia, Europe*, Falklands, France, Georgia, Germany, Greece, Greenland, Hawaii, Hungary, Iceland, India, Indonesia, Ireland, Italy, Kazakhstan, Lithuania, Luxembourg, Macedonia, Mediterranean, Mexico, Mongolia, Netherlands, New Zealand, North America, Norway, Pacific, Pakistan, Portugal, Romania, Russia, Scandinavia, SE Asia, Serbia, Slovenia, South America, Spain, Sweden, Switzerland, Tasmania, Turkey, Ukraine, Uruguay, USA, Venezuela, West Indies^{{{(0+*)}}}.

◦ Notes :

Celui-ci est utilisé en médecine. Il contient de l'inuline qui produit du fructose et n'augmente donc pas la glycémie. Il existe environ 85 à 100 espèces d'Achillea. Ils sont tempérés en Europe et en Asie^{{{(0+*)}}} (traduction automatique).

Original : This one is used in medicine. It contains inulin that produces fructose and therefore doesn't boost blood glucose. There are about 85-100 Achillea species. They are temperate in Europe and Asia^{{{(0+*)}}}.

• Liens, sources et/ou références :

- Jardin! L'Encyclopédie : https://nature.jardin.free.fr/vivace/dn_achillea_mi.html ;
- Creapharma : <https://www.creapharma.ch/millefeuille.htm> ;
- Tela Botanica : <https://www.tela-botanica.org/bdtfx-nn-365-synthese> ;
- ⁵⁵ Agriculture et agroalimentaire Canada : <https://www4.agr.gc.ca/AAFC-AAC/display-afficher.do?id=1300893484332&lang=fra> ;
- ³⁶ Ouverture de cuisine (herbes pour omelettes aux fines herbes, livre de Lancelot de Casteau) : <https://www.uni-giessen.de/gloning/tx/ouv3.htm> ;
- Wikipedia :
 - [https://fr.wikipedia.org/wiki/Achill%C3%A9e_millefeuille_\(en_français\)](https://fr.wikipedia.org/wiki/Achill%C3%A9e_millefeuille_(en_fran%C3%A7ais)) ;
 - [https://en.wikipedia.org/wiki/Achillea_millefolium_\(source_in_english\)](https://en.wikipedia.org/wiki/Achillea_millefolium_(source_in_english)) ;

- ⁵ "Plants For a Future" (en anglais) : [5https://www.pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Achillea+millefolium](https://www.pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Achillea+millefolium) ;

dont classification :

- "The Plant List" (en anglais) : www.theplantlist.org/tpl1.1/record/gcc-140712 ;
- "GRIN" (en anglais) : [2https://npgsweb.ars-grin.gov/gringlobal/taxon/taxonomydetail?id=1270](https://npgsweb.ars-grin.gov/gringlobal/taxon/taxonomydetail?id=1270) ;

dont livres et bases de données : ⁰"Food Plants International" (en anglais), 1"Plantes sauvages comestibles (livre pages 34 et 35, par S.G. Fleischhauer, J. Guthmann et R. Spiegelberger), 7"Sturtevant's edible plants of the world" (livre en anglais, page 23, par Edward Lewis Sturtevant, U. P. Hedrick), 241"Cheesemaking Practice" (livre en anglais, pages 157 et 158, par Reg Scott, R. Richard Kennet) ;

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

Ambasta S.P. (Ed.), 2000, The Useful Plants of India. CSIR India. p 10 ; Bircher, A. G. & Bircher, W. H., 2000, Encyclopedia of Fruit Trees and Edible Flowering Plants in Egypt and the Subtropics. AUC Press. p 6 ; Blamey, M and Grey-Wilson, C., 2005, Wild flowers of the Mediterranean. A & C Black London. p 442 ; Bodkin, F., 1991, Encyclopedia Botanica. Cornstalk publishing, p 44 ; Bremness, L., 1994, Herbs. Collins Eyewitness Handbooks. Harper Collins. p 136 ; Brickell, C. (Ed.), 1999, The Royal Horticultural Society A-Z Encyclopedia of Garden Plants. Convent Garden Books. p 71 ; Brown, D., 2002, The Royal Horticultural Society encyclopedia of Herbs and their uses. DK Books. p 99 ; Burnie, G & Fenton-Smith, J., 1999, A Grower's Guide to Herbs. Murdoch Books. p 75 ; Cundall, P., (ed.), 2004, Gardening Australia: flora: the gardener's bible. ABC Books. p 91 ; Curtis, W.M., 1963, The Students Flora of Tasmania Vol 2 p 351 ; Facciola, S., 1998, Cornucopia 2: a Source Book of Edible Plants. Kampong Publications, p 32 ; Hedrick, U.P., 1919, (Ed.), Sturtevant's edible plants of the world. p 23 ; Hussey, B.M.J., Keighery, G.J., Cousens, R.D., Dodd, J., Lloyd, S.G., 1997, Western Weeds. A guide to the weeds of Western Australia. Plant Protection Society of Western Australia. p 88 ; Kiple, K.F. & Ornelas, K.C., (eds), 2000, The Cambridge World History of Food. CUP p 433, 1884 ; Lamp, C & Collet F., 1989, Field Guide to Weeds in Australia. Inkata Press. p 4 ; Lazarides, M. & Hince, B., 1993, Handbook of Economic Plants of Australia, CSIRO. p 8 ; Loughmiller, C & L., 1985, Texas Wildflowers. A Field Guide. University of Texas, Austin. p 46 ; Low, T., 1991, Wild Herbs of Australia and New Zealand. Angus & Robertson. p 77 (Drawing) ; Mabey, R., 1973, Food for Free. A Guide

to the edible wild plants of Britain, Collins. p 87 ; MacKinnon, A., et al, 2009, *Edible & Medicinal Plants of Canada. Lone Pine.* p 357 ; Michael, P., 2007, *Edible Wild Plants and Herbs.* Grub Street. London. p 250 ; Paczkowska, G. & Chapman, A.R., 2000, *The Western Australian Flora. A Descriptive Catalogue.* Western Australian Herbarium. p 154 ; *Plants For A Future database, The Field, Penpol, Lostwithiel, Cornwall, PL22 0NG, UK.* <https://www.scs.leeds.ac.uk/pfaf/> ; PROSEA handbook Volume 13 Spices. p 273 ; Seidemann J., 2005, *World Spice Plants. Economic Usage, Botany, Taxonomy.* Springer. p 3 ; Sp. pl. 2:899. 1753 ; Staples, G.W. and Herbst, D.R., 2005, *A tropical Garden Flora.* Bishop Museum Press, Honolulu, Hawaii. p 166 ; Stern, G., 1986, *Australian Weeds. A Source of Food and Medicine.* Harper & Row. p 231 ; Usher, G., 1974, *A Dictionary of Plants Used by Man.* Constable. p 16 ; Vermeulen, N, 1998, *The Complete Encyclopedia of Herbs.* Rebo Publishers. p 20 ; Whitney, C. W., et al, 2012, *A Survey of Wild Collection and Cultivation of Indigenous Species in Iceland.* *Human Ecology* 40:781-787