

Plantain lancéolé

(*Plantago lanceolata*)



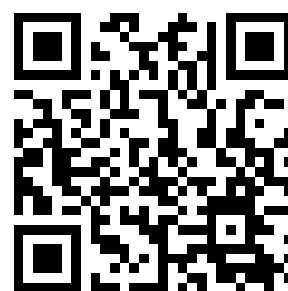
Plante herbacée vivace de taille moyenne (15-50 cm), dont les feuilles, en forme de fer de lance (lancéolées) et marquées de 3 à 5 nervures saillantes, sont disposées en rosette basale.

Résistance au gel : -20°C ;

Comestibilité :

- Les jeunes feuilles peuvent être consommées (crues ou cuites) comme potherbe ou en salade ; les plus anciennes sont uniquement consommées cuites ;**
- Les jeunes inflorescences se mangent crues en salade ou blanchies ;**
- Plante au goût de champignon.**

J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D



Besoins : >Saints de glace (Du 11 au 13 Mai)

Semis sous abris Semis en pleine terre Plantation Récolte

Besoin en eau (arrosage) : important modéré faible

Besoin d'ensoleillement (exposition) : plein soleil mi-ombre