

# Amaranthus spinosus L., 1753 (Amaranthe épineuse)

Identifiants : 483/amaspi

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze ([Le Potager de mes/nos Rêves](#))  
Dernière modification le 23/09/2020

• Classification/taxinomie :

- Ordre : Caryophyllales ;
- Famille : Amaranthaceae ;
- Sous-famille : Amaranthoideae ;
- Tribu : x ;
- Sous-tribu : x ;
- Sous-genre : x ;
- Section : x ;
- Nom complet : ? ;

• Synonymes : x (=) basionym, *Amaranthus spinosus* var. *basiscissus* Thell. 1914 ;

• Synonymes français : amarante épineuse, épinard Malabar, épinard piquant, épinard cochon, brède de Malabar, épinard piquant, amarante du Soudan (amarante du Soudan) ;

• Nom(s) anglais et/ou international(aux) : carelesweed, edlebur, needlebur, prickly amaranth, prickly calalu, Prince-of-Wales-feather, spiny amaranth, spiny pigweed, thorny amaranth, thorny pigweed, ci xian (cn transcrit), dorniger Fuchsschwanz (de), anampatsa (mg), boron (sd), kantataty (kanta natya, in), anampatsa (mg) ;



• Rapport de consommation et comestibilité/comestibilité inférée (partie(s) utilisable(s) et usage(s) alimentaire(s) correspondant(s)) : Feuille (jeunes et/ou tendres, dont pousses et tiges ; crues  $\mu 1$  ou cuites  $\mu 1,32$  [nourriture/aliment : légume  $\mu \sim \sim \sim 1,2(dp^*)\mu$ , salade  $\mu \sim \sim \sim 1\mu$ ], fleur  $\mu 1$  (jeunes inflorescences  $\mu 32$  (dont bourgeons) ; cuites  $\mu 1$ ) et graines (séchées : crues  $\mu 1$  ou cuites (rôties)  $\mu 1$  ; dont germes  $\mu 1$ ) comestibles. (1 $\mu^*$ ) ;

Les Madécasses la mangent comme herbe potagère (potherbe) sous le nom de Anampatsa. Cette espèce est employée au même usage dans beaucoup de régions, notamment dans l'Inde, où on l'appelle Kantataty  $\mu \{ \{ 76\mu. ;$



Précautions à prendre :

(1\*) la plante contient de l'acide oxalique qui est toxique : selon les proportions consommées et la personne, celui-ci peut endommager les reins si il est ingéré régulièrement pendant plusieurs mois. 1 Cependant, certains légumes, comme l'épinard ou la blette, en contiennent dans des concentrations équivalentes ou supérieures sans que ceux-ci ne soient considérés comme dangereux ; de plus l'acide en question est soluble dans l'eau (proportionnellement à la température 80) et peut donc être éliminé en changeant simplement l'eau de cuisson ; enfin, en y ajoutant du lait (ou tout autre produit laitier), une partie de cette acide se lie au calcium le rendant ainsi inoffensif. 1 Il sera tout de même conseillé de ne pas en abuser  $\mu(dp^*)\mu$ , plus particulièrement aux personnes souffrants de problèmes rénaux et/ou ayant une tendance aux rhumatismes (polyarthrite rhumatoïde, arthrite, goutte, calculs rénaux ou hyperacidité), pour lesquelles il sera même fortement recommandé de limiter ou d'éviter complètement cette consommation potentiellement néfaste (étant donné qu'elle peut aggraver leur état) ou tout au moins de prendre des précautions particulières dès lors que cette plante est incluse (ou prévue) dans leur régime alimentaire  $\mu < 5\mu$ .

• Catégories principales : légume, médecine ;

• Catégories : pscf, salades, légumes, pl, bgs, gg1, pch ;

• Arôme et/ou texture : douce, discrète, très peu amère (plante entière?), céréale (graines) ;

• **Liens, sources et/ou références :**

**dont classification :**

- ["The Plant List" \(en anglais\)](#) ;
- ["GRIN" \(en anglais\)](#) ;
- [INPI \(recherche. en anglais\)](#) ;

**dont Google (recherche de/pour) "Amaranthus spinosus" : [pages](#), [images](#) / "Amaranthe épineuse" : [pages](#) ;**

**dont livres et bases de données : 1Plantes sauvages comestibles (livre pages 100 et 101, par S.G. Fleischhauer, J. Guthmann et R. Spiegelberger), 32Herbier gourmand (livre par Marc Veyrat et François Couplan), 76Le Potager d'un curieux - histoire, culture et usages de 250 plantes comestibles peu connues ou inconnues (livre, pages 15 à 16, par A. Paillieux et D. Bois) ;**