

Borago officinalis L., 1753 (Bourrache)

Identifiants : 748/boroff

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

• Classification/taxinomie :

- Ordre : Non déterminé (Euast) ;
- Famille : Boraginaceae ;
- Sous-famille : Boraginoideae ;
- Tribu : Boragineae ;
- Sous-tribu : x ;
- Sous-genre : x ;
- Section : x ;
- Nom complet : ? ;

- Synonymes : x (=) basionym, *Borago advena* Gilib. 1782 (synonyme mais nom invalide selon TPL), *Borago aspera* Gilib. 1982 (synonyme mais nom invalide selon TPL), *Borago hortensis* L. 1754, *Borrago officinalis* L. 1753 (synonyme selon DPC) ;
- Synonymes français : bourrache officinale, bouisse à berger, buglosse à larges feuilles, langue d'oie, langue de boeuf, bourrache bâtarde, bourrache commune, bourraiche, bourrage, bourse à berger, fausse bourrache ;
- Nom(s) anglais et/ou international(aux) : beebread, beeplant, borage, starflower, talewort, cool-tankard, Borretsch (de), einjähriger Borretsch (de), Gurkenkraut (de), boragine (it), borandella (it), boragem (pt), borraja (es), gurkört (sv), geozeban (hi), Herba et flores borraginis (officinal), borratge (cat) ;
- Rusticité (résistance face au froid/gel) : zone 4-9 ;



• Note : ***

- Rapport de consommation et comestibilité/comestibilité inférée (partie(s) utilisable(s) et usage(s) alimentaire(s) correspondant(s)) : Feuille (feuilles $\mu_{27(+x)}$ et pousses $\mu_{(dp^*)}$ crues $\mu_{(dp^*)}$ [base $\mu_{(dp^*)}$ boissons $\mu_{27(+)}$ breuvages $\mu_{(dp^*)}$ {frai(che) $\mu_{27(+x)}$ }] ; et/ou assaisonnement $\mu_{(dp^*)}$: aromate $\mu_{27(+x)}$ (condiment aromatique $\mu_{\{\{(dp^*)/\text{aromatisant}\mu_{2(+)}\mu_{(dp^*)}\}}$ ou cuites $\mu_{(dp^*)}$ [nourriture/aliment $\mu_{\{\{2(+)\mu_{(dp^*)}$: légume vert $\mu_{\{\{27(+x)\mu_{(dp^*)}$; dont jeunes feuilles $\mu_{\{\{27(+x)\mu_{(dp^*)}$ et pousses $\mu_{(dp^*)}$ crues $\mu_{27(+x)}$ [nourriture/aliment $\mu_{\{\{2(+)\mu_{(dp^*)}$: salade $\mu_{27(+x)}$ {accompagnement $\mu_{(dp^*)}\mu_{(dp^*)}$]}] et fleur (fleurs et sommités crues $\mu_{\{\{(dp^*)\mu_{(dp^*)}$ [nourriture/aliment $\mu_{\{\{2(+)\mu_{(dp^*)}$: salade $\mu_{27(+x)}$ {accompagnement}] ou cuites $\mu_{\{\{(dp^*)\mu_{(dp^*)}$ [nourriture/aliment $\mu_{\{\{2(+)\mu_{(dp^*)}$: légume vert $\mu_{\{\{27(+x)\mu_{(dp^*)}$ comestible. ;

Plante entière consommée crue lorsque jeune, en salade et cuite plus tard comme légume vert $\mu_{\{\{27(+x)\mu_{(dp^*)}$ (pothebe $\mu_{(dp^*)}$). Plante importante localement. Cultivée comme plante mellifère $\mu_{\{\{27(+x)\mu_{(dp^*)}$.(1*) ;



Précautions à prendre :

(1*)ATTENTION : la plante, mais pas l'huile obtenue à partir des graines, contient de petites quantités d'alcaloïdes (pyrrolizidine) qui peuvent causer des dommages au foie et un cancer du foie $\mu_{5(+)}$; ces alcaloïdes sont présents en trop petite quantité pour être nocif, sauf si vous faites de la bourrache, une grande partie de votre alimentation, bien qu'il serait sage pour les gens ayant des problèmes de foie d'éviter d'utiliser les feuilles ou les fleurs de cette plante $\mu_{5(K)}$.

- Petite géo : Aire d'origine : Afrique, Asie tempérée et Europe $\mu_{2(+x)}$. :: Plus de détails et d'infos (dont zone(s) de naturalisation) : voir GRIN ("2") ;
- Catégories principales : aromate, miel, ornemental, hui ;
- Catégories : pscf, pscm ;

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



Par Otto Wilhelm Thomé (*Flora von Deutschland, Österreich und der Schweiz*, 1885), Via Wikimedia Commons

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

- ["Plants For a Future" \(en anglais\) et sa traduction Plantes d'Avenir](#) ;
- **Wikipedia** :
- https://fr.wikipedia.org/wiki/Borraghe_officinale (en français) ;
- **Tela Botanica** : <https://www.tela-botanica.org/bdtfx-nn-9966> ;
- **Jardin! L'Encyclopédie** : https://nature.jardin.free.fr/aromate/mb_borraghe.html ;
- **auJardin.info** : <https://www.aujardin.info/plantes/borago-officinalis.php> ;
- **Garrigue Gourmande (Association)** :
https://garrigue-gourmande.fr/index.php?option=com_content&view=article&id=1014 ;
- **Recettes.de** : <https://recettes.de/borraghe> ;
- **Supertoilette** : <https://www.supertoilette.com/fiche-cuisine/501/borraghe.html> ;
- **Plantes-Comestibles** : <https://www.plantes-comestibles.fr/plantes-comestibles.php?PAGE=fiche.php?ID=borraghe> ;
- **Le Jardin de la Biodiversité (jardin-et-ecotourisme.fr)** : https://www.jardin-et-ecotourisme.fr/plante.php?id_plante=30 ;

dont classification :

- ["The Plant List" \(en anglais\)](#) ;
- ²["GRIN" \(en anglais\)](#) ;
- [INPI \(recherche, en anglais\)](#) ;

dont Google (recherche de/pour) "Borago officinalis" : [pages](#), [images](#) | **"Borraghe" :** [pages](#) ;

dont livres et bases de données : 27 *Dictionnaire des plantes comestibles* (livre, page 54, par Louis Bubenicek) ;

dont biographie/références : Ainslie, Conrad, Coupla, Eden, Fournier, McIntosh, Paris & Moyse, Steinbach, Stobart, Sturtevant, Uphof, Usher :: Bubenicek, Markle & al, Leung & Foster, Mansfeld's encyclopedia