

# Centaurea benedicta (L.) L., 1763 (Chardon béni)

Identifiants : 975/carben

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

- Classification/taxinomie :

- Famille : Compositae ;

- Synonymes : *Cnicus benedictus* L. 1753 (basionyme selon GRIN ; nom accepté et espèce différente, selon TPL) (= basionym, *Carbeni benedicta* (L.) Arcang. 1882 (synonyme, selon TPL), *Carbeni benedicta* (L.) Adans. 1763 (synonyme, selon TPL), *Carbenia benedicta* (L.) Arch. , *Carduus benedictus* (L.) Thell. 1908 (synonyme mais nom invalide, selon GRIN), *Carduus benedictus* Auct. ex Steud. 1821 (synonyme, selon TPL), *Carduus benedictus* (L.) Garsault 1764 (synonyme, selon TPL) ;
- Synonymes français : *cnicaut béni*, *chardon bénit*, *chardon marbré*, *safran sauvage*, *centaurée bénie*, *centaurée sudorifique* ;
- Nom(s) anglais et/ou international(aux) : *blessed thistle*, *holy thistle*, *sacred thistle* ;



- Note : \*\*\*

- Rapport de consommation et comestibilité/consommabilité inférée (partie(s) utilisable(s) et usage(s) alimentaire(s) correspondant(s)) : Fruit (extrait  $\mu < (dp^*)$ ), feuille (jeunes feuilles crues  $\mu < \{5(+)\}$  ; feuilles  $\mu < 0(5(+), +x)$ ,  $27(+x)$  [assaisonnement  $\mu < \sim 0(5(+), +x)(dp^*)$ ], fleur (fleurs  $\mu < 244$  / capitules  $\mu < 0(5(+), +x)$  [nourriture/aliment  $\mu < \{dp^*\}$  {substitut d'artichaut  $\mu < \{5(+)\}$  et agent de coagulation/caillage {caille-lait  $\mu < \{\sim 244(dp^*)\}$ ]} et racine (racines  $\mu < 0(5(+), +x)$  cuites  $\mu < (dp^*)$  {bouillies  $\mu < 0(5(+), +x)$  [nourriture/aliment  $\mu < \{dp^*\}$  {plante potagère} et/ou assaisonnement  $\mu < \{\sim 0(5(+), +x)(dp^*)\}$ ]} comestibles  $\mu < 0(+x)$ ).

La plante est utilisée comme aromatisant, boissons comprises  $\mu < \{0(5(+), +x)\}$  (la partie qui est utilisée n'est pas précisée  $\mu < \{5(+)\}$ ).

La racine peut être bouillie comme herbe potagère (légume-racine)  $\mu < \{0(5(+), +x)\}$ .

Les graines ont été source d'huile en période de disette en Allemagne  $\mu < \{27(+x)\}$ . Les jeunes feuilles sont consommées crues  $\mu < \{5(+)\}$ .

Les feuilles peuvent remplacer le houblon dans la fabrication de la bière  $\mu < \{27(+x)\}$ . Les capitules  $\mu < \{0(5(+), +x)\}$ , récoltées avant que les fleurs ne s'ouvrent, ont été utilisés comme un substitut d'artichaut (*Cynara cardunculus*) ; les capitules sont plutôt petits et, de les utiliser de cette façon, est très délicat  $\mu < \{5(+)\}$  ; la fleur peut être utilisée pour faire cailler le lait (agent de coagulation/caillage /caille-lait substitut de présure) pour la préparation de fromage  $\mu < \{\sim 244(dp^*)\}$ . (1\*) ;



Précautions à prendre :

(1\*) ATTENTION  $\mu < 0(+x)$  : la plante est toxique en grandes quantités  $\mu < 0(+x)$  et peut provoquer une réaction allergique  $\mu < 5(+)$ , voir lien "PFAF" ("5"), pour plus d'informations  $\mu < (dp^*)$ .

- Catégories : pscf ;

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

• Liens, sources et/ou références :

- ["Plants For a Future" \(en anglais\)](#) et sa traduction [Plantes d'Avenir](#) ;
- **Wikipedia** :
  - [https://fr.wikipedia.org/wiki/Chardon\\_b%C3%A9ni](https://fr.wikipedia.org/wiki/Chardon_b%C3%A9ni) (en français) ;
  - [https://it.wikipedia.org/wiki/Centaurea\\_benedicta](https://it.wikipedia.org/wiki/Centaurea_benedicta) (source en anglais) ;
- **Tela Botanica** : <https://www.tela-botanica.org/bdtfx-nn-18318> ;
- **PASSEPORTSANTÉ.NET** :  
[https://www.passeportsante.net/fr/Solutions/PlantesSupplements/Fiche.aspx?doc=chardon\\_beni\\_ps](https://www.passeportsante.net/fr/Solutions/PlantesSupplements/Fiche.aspx?doc=chardon_beni_ps) ;

**dont classification :**

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

**dont Google (recherche de/pour) "Centaurea benedicta" :** [pages](#), [images](#) | **"Chardon béni" :** [pages](#) ;

**dont livres et bases de données :** 0"FOOD PLANTS INTERNATIONAL" ([*Cnicus benedictus* L.], en anglais), 27Dictionnaire des plantes comestibles (livre, page 69 [*Cnicus benedictus* L.], par Louis Bubenicek), 244Dictionnaire oeconomique (livre, par Noel Chomel, Richard Bradley) ;

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

Blamey, M and Grey-Wilson, C., 2005, *Wild flowers of the Mediterranean*. A & C Black London. p 458 ; Bodkin, F., 1991, *Encyclopedia Botanica*. Cornstalk publishing, p 268 ; Bremness, L., 1994, *Herbs*. Collins Eyewitness Handbooks. Harper Collins. p 242 ; Brown, D., 2002, *The Royal Horticultural Society encyclopedia of Herbs and their uses*. DK Books. p 174 ; Facciola, S., 1998, *Cornucopia 2: a Source Book of Edible Plants*. Kampong Publications, p 37 ; Hernandez Bermejo, J.E., and Leon, J. (Eds.), 1994, *Neglected Crops. 1492 from a different perspective*. FAO Plant Production and Protection Series No 26. FAO, Rome. p 263 (*As Carduus benedictus*) ; MacKinnon, A., et al, 2009, *Edible & Medicinal Plants of Canada*. Lone Pine. p 341 ; Plants for a Future database, The Field, Penpol, Lostwithiel, Cornwall, PL22 0NG, UK. <http://www.scs.leeds.ac.uk/pfaf/> ; Sp. pl. 2:826. 1753 ; Tanaka, ; Uphof,