

Chenopodium foliosum (Moench) Asch., 1864 (Épinard-fraise)

Identifiants : 7602/chefol

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

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le

• **Classification phylogénétique :**

- Clade : Angiospermes ;
- Clade : Dicotylédones vraies ;
- Ordre : Caryophyllales ;
- Famille : Amaranthaceae ;

• **Classification/taxinomie traditionnelle :**

- Règne : Plantae ;
- Sous-règne : Tracheobionta ;
- Division : Magnoliophyta ;
- ~~Classe~~ ~~Magnoliopsida~~ ;
- Ordre : Caryophyllales ;
- Famille : Amaranthaceae ;
- Genre : Chenopodium ;

- **Synonymes :** *Blitum virgatum* L. 1753 (synonyme selon TPL ; nom accepté et "synonyme de" {nom retenu}, selon GRIN), *Chenopodium capitatum*. var. *parvicapitatum* Welsh (synonyme de *Chenopodium capitatum* (L.) Asch., selon TPL), *Chenopodium overi* (Aellen ? (qp*)) : nom accepté et espèce différente/distincte selon TPL), *Chenopodium virgatum* (L.) *Ambrosi* (non Thunb.) 1857 (synonyme selon TPL), *Morocarpus foliosus* Moench 1794 (synonyme selon TPL), dont homonymes : *Chenopodium foliosum* Asch. 1864 ;

- **Synonymes français :** épinard-fraise véritable, épinard-fraise en baguette ou bâton, chénopode feuillu, épinard fraisier ;

- **Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) :** beetberry, ban palak, strawberry sticks, strawberry-fruited fat hen , Ban palak, Beetberry, It uzumu, Joasag, Kaz aya, Kupald, Kusuzumu, Raske ruvi, Sangsti, Sneou, Strawberry sticks, Tirye ruvi ;



- **Note comestibilité :** ***

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

Feuille (feuilles^{0(+x),27(+x)} [nourriture/aliment^{{}(dp*)} : légume^{27(+x)} {ex. : comme potherbe, substitut d'épinard^{{}(dp*)}}] et fruit (graines^{0(+x),27(+x)} crues^{27(+x)} {brutes^(dp*) ou salées^{27(+x)}}; et fruit^{0(+x)}) comestibles^{0(+x)}.(1*)

Détails :

Plante cultivée comme potagère^{{}(27(+x))}.

Les fruits ont peu de saveur mais peuvent être utilisés comme garniture sur des plats sucrés ou salés. Ils sont consommés frais. Ils sont également bouillis avec du lait. Les feuilles sont généralement légèrement bouillies puis mangées. Il est utilisé comme herbe en pot

Partie testée : feuilles^{{}(0(+x))} (traduction automatique)

Original : Leaves^{{}(0(+x))}

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

82.8	184	44	3.0	vitamines A (µg)	0	0	14.5	0.9
------	-----	----	-----	------------------	---	---	------	-----



Précautions :

(1*)ATTENTION : présence de saponines et d'acide oxalique, pouvant être toxiques à fortes doses : voir fiches toxines, pour plus d'infos^{{{(dp*)}}}.

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

Par Botanical Magazine (vol. 8: t. 276, 1794), via plantillustrations

- **Nombre de graines au gramme :** 1000 ;

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

- ⁵"Plants For a Future" (en anglais) : https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Chenopodium_foliosum ;

dont classification :

- "The Plant List" (en anglais) : www.theplantlist.org/tpl1.1/record/kew-2717327 ;
- "GRIN" (en anglais) : <https://npgsweb.ars-grin.gov/gringlobal/taxon/taxonomydetail?id=10187> ;

dont livres et bases de données : ⁰"Food Plants International" (en anglais), 27Dictionnaire des plantes comestibles (livre, page 82, par Louis Bubenicek) ;

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

Fl. Brandenburg 1(2):572. 1864 ; Flowerdew, B., 2000, Complete Fruit Book. Kyle Cathie Ltd., London. p 245 ; Lyle, S., 2006, Discovering fruit and nuts. Land Links. p 120 ; Misra, S. et al, 2008, Wild leafy vegetables: A study of their subsistence dietetic support to the inhabitants of Nanda Devi Biosphere reserve, India. Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine. 4:15 ; Plants For A Future database, The Field, Penpol, Lostwithiel, Cornwall, PL22 0NG, UK. <https://www.scs.leeds.ac.uk/pfaf/> ; Rawat, G.S., & Pangtey, Y.P.S., 1987, A Contribution to the Ethnobotany of Alpine Regions of Kumaon. J. Econ. Tax. Bot. Vol. 11 No. 1 pp 139-147 (As Chenopodium foliolosum) ; Zhu Gelin (Chu Ge-ling); Steven E. Clemants, CHENOPODIACEAE [Draft], Flora of China