

Cynara scolymus L., 1753 (Artichaut)

Identifiants : 10640/cynsco

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

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le jan, fev, mar, avr, mai, juin, juil, aou, sep, oct, nov, dec

• Classification phylogénétique :

- Clade : Angiospermes ;
- Clade : Dicotylédones vraies ;
- Clade : Astéridées ;
- Clade : Campanulidées ;
- Ordre : Asterales ;
- Famille : Asteraceae ;

• Classification/taxinomie traditionnelle :

- Règne : Plantae ;
- Sous-règne : Tracheobionta ;
- Division : Magnoliophyta ;
- ~~Classe~~ Classe : Magnoliopsida ;
- Ordre : Asterales ;
- Famille : Asteraceae ;
- Genre : Cynara ;

- Synonymes : *Cynara cardunculus* L. subsp. *cardunculus* (nom accepté et "synonyme de" {nom retenu}, selon GRIN), *Cynara cardunculus* subsp. *flavescens* Wiklund 1992 (nom accepté et "synonyme de" {nom retenu}, selon TPL) ;
- Synonymes français : barigoule, scolyme, garoffle, bérigoule, faux scolyme, artichaut commun ;
- Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : globe artichoke , alcachofra (pt), alcachofa (es), alcaucil (es) ;
- Rusticité (résistance face au froid/gel) : -10/-12°C (souche) ; -5/-6°C voire -8°C (parties aériennes) ;



• Note comestibilité : *****

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

c'est le bourgeon floral (capitule) que l'on consomme généralement cuit (bouilli), ou plus exactement le fond de chaque bractée puis la base (le cœur) à partir de laquelle ces pétales se développent ; les plus petits peuvent être marinés ou utilisés dans les potées... ; les jeunes tiges pelées ainsi que les feuilles blanchies peuvent également être consommées.

Détails :

Fleur^{0(+x)} (capitules cuits^{{{(27(+x))}}} [nourriture/aliment^{{{(dp*)}}} : légume^{0(+x)}]) et feuille (feuilles^{0(+x)} et tiges^{0(+x)} (cardes) cuites [nourriture/aliment^{{{(dp*)}}} : légume^{0(+x)} {ex. : comme potherbe^{{{(dp*)}}}}] comestibles^{0(+x)}.

Plante très cultivée ; plusieurs cultivars^{{{(27(+x))}}}. Les bourgeons/boutons (capitules) floraux sont consommés crus ou cuits (généralement bouillis) avant que les fleurs ne s'ouvrent ; le goût est doux et agréable ; les artichauts sont considérés comme une nourriture gastronomique, mais ils sont très fastidieux à manger ; seule le fond de chaque bractée se mange, plus le «cœur» ou la base à partir de laquelle les pétales se développent ; les petits ou bébés artichauts, qui sont produits sur les tiges latérales, peuvent être picklés ou utilisés dans les soupes et les ragoûts ; les plantes produisent environ 5 à 6 têtes principales par an, à partir de leur deuxième année. Les tiges fleuries/florales/florissantes sont pelées et consommées

crues ou cuites ; elles ont un doux goût de noisette. Les jeunes tiges des feuilles sont utilisées comme un substitut de céleri ; elles sont normalement blanchies pour enlever l'amertume et ensuite bouillies ou consommées crues mais la saveur est reportée comme trop amère pour être agréable. Les feuilles peuvent être consommées cuites mais le goût est amer⁵⁽⁺⁾. Les feuilles^{5(dp)} et les fleurs séchées sont un substitut de présure, utilisé pour cailler les laits végétaux⁵⁽⁺⁾ (agent de caillage/coagulation / caille-lait^{5(dp)}).

Les bractées charnues de la fleur et la base du capitule sont bouillies et mangées. Ils peuvent être utilisés dans les soupes. Ils peuvent être consommés crus, bouillis, cuits à la vapeur, cuits au four, frits, farcis ou marinés. Les petites pousses latérales sont marinées, conservées dans l'huile ou utilisées dans les soupes et les ragoûts. (Pour empêcher l'artichaut coupé de brunir à l'air, elles peuvent être trempées dans du jus de citron.) _ x000B_ La partie intérieure tendre de la tige de la fleur peut être mangée. crus ou cuits.

Partie testée : cœur bouilli de bourgeon / base de feuilles⁵⁽⁺⁾ (traduction automatique)

Original : Boiled- heart of bud/base of Leaves⁵⁽⁺⁾

Taux d'humidité	Énergie (kj)	Énergie (kcal)	Protéines (g)	Pro- vitamines A (µg)	Vitamines C (mg)	Fer (mg)	Zinc (mg)
84.4	62	15	1.1	90	8	0.5	0.5



Précautions :

néant, inconnus ou indéterminés.

- Note médicinale : *****

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

De gauche à droite :

Par Patrick Le Ménahèze (travail personnel légué au domaine public), via lepotager-demesreves

Par Joe Mabel, via wikimedia

Par Bessler, Basilius, Hortus Eystettensis, vol. 3: Quartus ordo collectarum plantarum autumnalium, t. 360, fig. III (1613), via plantillustrations

- Liens, sources et/ou références :

- **Journal des femmes.com** : l'encyclopédie de la cuisine : https://cuisine.journaldesfemmes.com/encyclopedie/fiche_composant/14/artichaut.shtml ;
- **auJardin.info** : <https://www.aujardin.info/plantes/artichaut.php> ;
- **Wikipedia** :
- [https://fr.wikipedia.org/wiki/Artichaut_\(en_français\)](https://fr.wikipedia.org/wiki/Artichaut_(en_français)) ;
- ⁵"Plants For a Future" (en anglais) : <https://www.pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Cynara+scolymus> ;

dont classification :

- "The Plant List" (en anglais) : www.theplantlist.org/tpl1.1/record/gcc-92751 ;
- "GRIN" (en anglais) : <https://npgsweb.ars-grin.gov/gringlobal/taxon/taxonomydetail?id=12842> ;

dont livres et bases de données : ⁰"Food Plants International" (en anglais), 27 Dictionnaire des plantes comestibles (livre, page 110, par Louis Bubenicek) ;

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

Ambasta, S.P. (Ed.), 2000, *The Useful Plants of India*. CSIR India. p 156 ; Bianchini, F., Corbetta, F., and Pistoia, M., 1975, *Fruits of the Earth*. Cassell. p 60 ; Blamey, M and Grey-Wilson, C., 2005, *Wild flowers of the Mediterranean*. A & C Black London. p 454 ; Bodkin, F., 1991, *Encyclopedia Botanica*. Cornstalk publishing, p 314 ; Bremness, L., 1994, *Herbs*. Collins Eyewitness Handbooks. Harper Collins. p 162 ; Brickell, C. (Ed.), 1999, *The Royal Horticultural Society A-Z Encyclopedia of Garden Plants*. Convent Garden Books. p 331 ; Brouk, B., 1975, *Plants Consumed by Man*. Academic Press, London. p 68 ; Brown, D., 2002, *The Royal Horticultural Society encyclopedia of Herbs and their uses*. DK Books. p 188 (As *Cynara cardunculus*) ; Burkill, I.H., 1966, *A Dictionary of the Economic Products of the Malay Peninsula*. Ministry of Agriculture and Cooperatives, Kuala Lumpur, Malaysia. Vol 1 (A-H) p 739 ; Cheifetz, A., (ed), 1999, *500 popular vegetables, herbs, fruits and nuts for Australian Gardeners*. Random House p 62 ; Della, A., et al, 2006, *An ethnobotanical survey of wild edible plants of Paphos and Larnaca countryside of Cyprus*. *J. Ethnobiol. Ethnomed.* 2:34 ; Ertug, F., 2004, *Wild Edible Plants of the Bodrum Area. (Mugla, Turkey)*. *Turk. J. Bot.* 28 (2004): 161-174 ; Facciola, S., 1998, *Cornucopia 2: a Source Book of Edible Plants*. Kampong Publications, p 37 ; French, B.R., 1986, *Food Plants of Papua New Guinea, A Compendium*. Asia Pacific Science Foundation p 138 ; Hadfield, J., 2001, *The A-Z of Vegetable Gardening in South Africa*. Struik p 73 ; Heyne, K. 1927, p 1446 ; Hibbert, M., 2002, *The Aussie Plant Finder 2002, Florilegium*. p 79 ; Hussey, B.M.J., Keighery, G.J., Cousens, R.D., Dodd, J., Lloyd, S.G., 1997, *Western Weeds. A guide to the weeds of Western Australia*. Plant Protection Society of Western Australia. p 96 ; Hu, Shiu-ying, 2005, *Food Plants of China*. The Chinese University Press. p 727 ; Huxley, A. (Ed.), 1977, *The Encyclopedia of the Plant Kingdom*. Chartwell Books. p 156 ; Jardin, C., 1970, *List of Foods Used In Africa*, FAO Nutrition Information Document Series No 2.p 73 ; Joyce, D., 1998, *The Garden Plant Selector*. Ryland, Peters and Small. p 218 ; Kays, S. J., and Dias, J. C. S., 1995, *Common Names of Commercially Cultivated Vegetables of the World in 15 languages*. *Economic Botany*, Vol. 49, No. 2, pp. 115-152 ; Kiple, K.F. & Ornelas, K.C., (eds), 2000, *The Cambridge World History of Food*. CUP p 1722 ; Lazarides, M. & Hince, B., 1993, *Handbook of Economic Plants of Australia*, CSIRO. p 72 ; Macmillan, H.F. (Revised Barlow, H.S., et al), 1991, *Tropical Planting and Gardening*. Sixth edition. Malayan Nature Society. Kuala Lumpur. p 359 ; Martin, F.W. & Ruberte, R.M., 1979, *Edible Leaves of the Tropics*. Antillian College Press, Mayaguez, Puerto Rico. p 184 ; Molla, A., *Ethiopian Plant Names*. <https://www.ethiopic.com/aplants.htm> ; Morley, B. & Everard, B., 1970, *Wild Flowers of the World*. Ebury press. Plate 40 ; Paczkowska, G. & Chapman, A.R., 2000, *The Western Australian Flora. A Descriptive Catalogue*. Western Australian Herbarium. p 161 ; *Plants For A Future database*, The Field, Penpol, Lostwithiel, Cornwall, PL22 0NG, UK. <https://www.scs.leeds.ac.uk/pfaf/> ; Purseglove, J.W., 1968, *Tropical Crops Dicotyledons*, Longmans. p 53 ; Schneider, E., 2001, *Vegetables from Amaranth to Zucchini: The essential reference*. HarperCollins. p 19 ; Sharma, B.B., 2005, *Growing fruits and vegetables*. Publications Division. Ministry of Information and broadcasting. India. p 204 ; Sinclair, V., 1992, *The Floral Charm of Cyprus*. Interworld Publications. p 105 ; Smith, P.M., 1979, *Artichoke*, in Simmonds, N.W., (ed), *Crop Plant Evolution*. Longmans. London. p 305 ; Sp. pl. 2:827. 1753 ; Terra, G.J.A., 1973, *Tropical Vegetables*. Communication 54e Royal Tropical Institute, Amsterdam, p 43 ; Tronickova, E. & Krejcova, Z., 1987, *Ortaggi*, Instituto Geografico de Agostini, Cecoslovacchia. p 182 ; van Wyk, B., 2005, *Food Plants of the World. An illustrated guide*. Timber press. p 170