

Dryopteris filix-mas (L.) Schott, 1834 (Fougère mâle)

Identifiants : 1433/dryfil

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze ([Le Potager de mes/nos Rêves](#))
Dernière modification le 14/08/2020

- **Classification/taxinomie :**
 - Famille : Dryopteridaceae ;
- **Synonymes :** Polystichum filix-mas (L.) Roth 1799 ;
- **Nom(s) anglais et/ou international(aux) :** male fern, sweet brake , gemeiner Wurmfarn (de), Polystichum (de), Wurmfarn (de), tråjon (sv) ;
- **Rapport de consommation et comestibilité/comestibilité inférée (partie(s) utilisable(s) et usage(s) alimentaire(s) correspondant(s)) :** Feuilles, racine, prudence. Jeunes pousses consommées bouillies en Scandinavie. Rhizome utilisé en Sibérie après ébullition à parfumer la bière ; la racine est broyée et utilisé en porridge (bouillie) et dans le pain.



Précautions à prendre :

(1*)ATTENTION : cette fougère est toxique d'une manière générale.

- **Autres usages :** Elle est utilisée en médecine ;
- **Liens, sources et/ou références :**

dont classification :

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

dont Google (recherche de/pour) "Dryopteris filix-mas" : [pages](#), [images](#) | "Fougère mâle" : [pages](#) ;

dont livres et bases de données : "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" (en anglais), Dictionnaire des plantes comestibles (livre, page 240 [Polystichum filix-mas (L.) Roth], par Louis Bubenicek) ;

dont biographie/références de "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

Bodkin, F., 1991, Encyclopedia Botanica. Cornstalk publishing, p 110, 365 (Also as Aspidium filix-mas) ;
Bremness, L., 1994, Herbs. Collins Eyewitness Handbooks. Harper Collins. p 287 ;
Brouk, B., 1975, Plants Consumed by Man. Academic Press, London. p 66 ;
Brown, D., 2002, The Royal Horticultural Society encyclopedia of Herbs and their uses. DK Books. p 197 ;
Cundall, P., (ed.), 2004, Gardening Australia: flora: the gardener's bible. ABC Books. p 516 ;
Gen. fil. t. 67. 1834 ;
Goudey, C.J., 1988, A Handbook of Ferns for Australia and New Zealand. Lothian. p 102 ;
Hibbert, M., 2002, The Aussie Plant Finder 2002, Florilegium. p 90 ;
Joyce, D., 1998, The Garden Plant Selector. Ryland, Peters and Small. p 335 ;
MacKinnon, A., et al, 2009, Edible & Medicinal Plants of Canada. Lone Pine. p 380 ;
Plants for a Future database, The Field, Penpol, Lostwithiel, Cornwall, PL22 0NG, UK. <http://www.scs.leeds.ac.uk/pfaf/> ;
Redzic, S. J., 2006, Wild Edible Plants and their Traditional Use in the Human Nutrition in Bosnia-Herzegovina. Ecology of Food and Nutrition, 45:189-232 ;
Sher, H. et al, 2011, Ethnobotanical and Economic Observations of Some Plant Resources from the Northern Parts of Pakistan. Ethnobotany research & Applications 9:027-041 ;
Slocum, P.D. & Robinson, P., 1999, Water Gardening. Water Lilies and Lotus. Timber Press. p 116