

# Geum urbanum L., 1753 (Benoîte commune ou benoîte commune)

Identifiants : 1712/geuurb

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze ([Le Potager de mes/nos Rêves](#))  
Dernière modification le 24/09/2020

- Classification/taxinomie :
  - Famille : Rosaceae ;
- Synonymes français : herbe du bon soldat, benoîte, benoîte, benoîte des villes, benoîte urbaine, herbe de Saint Benoît ;
- Nom(s) anglais et/ou international(aux) : wood avens, herb bennet, avens, clove-root, herb benedict ;



- Note : \*\*\*
- Rapport de consommation et comestibilité/consommabilité inférée (partie(s) utilisable(s) et usage(s) alimentaire(s) correspondant(s)) : Feuille (jeunes (crues1µ ou cuites1µ) ou plus âgées (sel aux herbes1µ)), fleur1µ (décoratives (crues1µ / cuites1µ) ; dont bourgeons (cuits1µ)) et racine (aromatisantes (crues1µ / cuites1µ)) comestibles. ;

Feuilles, racine, épice1µ. Elle est utilisée comme plante/herbe potagère. Le rhizome est utilisé comme épice1µ (succédané de clou de girofle1µ, avec un soupçon de cannelle dans la saveur1µ) dans les soupes et les sauces1µ ; elle sert aussi à aromatiser1µ les ales1µ (bières anglaises ou à fermentation haute1µ, bières et liqueurs1µ) ; la racine est également bouillie pour en faire une boisson1µ ; elle est utilisée de préférence au printemps ; elle mesure jusqu'à 5cm de long1µ.

Les feuilles sont utilisées pour le thé ; jeunes feuilles consommées en salade1µ. Feuilles cuites comme potherbe1µ ;



Précautions à prendre :

néant, inconnus ou indéterminés.

- Catégories : pscf ;
- Illustration(s) (photographie(s) et/ou dessin(s)):

Par Lindman C.A.M. (Bilder ur Nordens Flora, vol. 2: t. 303, 1922), via [plantillustrations.org](#)

- Liens, sources et/ou références :
  - ["Plants For a Future" \(en anglais\)](#) et sa traduction [Plantes d'Avenir](#) ;

- **Wikipedia :**
  - [https://fr.wikipedia.org/wiki/Beno%C3%AFte\\_des\\_ruisseaux\\_\(en\\_français\)](https://fr.wikipedia.org/wiki/Beno%C3%AFte_des_ruisseaux_(en_fran%C3%A7ais)) ;
  - [https://en.wikipedia.org/wiki/Geum\\_rivale\\_\(source en anglais\)](https://en.wikipedia.org/wiki/Geum_rivale_(source_en_anglais)) ;
  - [https://de.wikipedia.org/wiki/Bach-Nelkenwurz\\_\(source en anglais\)](https://de.wikipedia.org/wiki/Bach-Nelkenwurz_(source_en_anglais)) ;
- **Tela Botanica :** <https://www.tela-botanica.org/bdtfx-nn-30154> ;

**dont classification :**

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

**dont Google (recherche de/pour) "Geum urbanum" :** [pages](#), [images](#) / **"Benoîte commune ou benoîte commune" :** [pages](#) ;

**dont livres et bases de données :** 0"FOOD PLANTS INTERNATIONAL " (en anglais), 1Plantes sauvages comestibles (livre pages 170 et 171, par S.G. Fleischhauer, J. Guthmann et R. Spiegelberger), 27Dictionnaire des plantes comestibles (livre, page 146, par Louis Bubenicek) ;

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

Ambasta, S.P. (Ed.), 2000, *The Useful Plants of India*. CSIR India. p 235 ; Bremness, L., 1994, *Herbs*. Collins Eyewitness Handbooks. Harper Collins. p 174 ; Brown, D., 2002, *The Royal Horticultural Society encyclopedia of Herbs and their uses*. DK Books. p 224 ; Facciola, S., 1998, *Cornucopia 2: a Source Book of Edible Plants*. Kampong Publications, p 199 ; Hedrick, U.P., 1919, (Ed.), *Sturtevant's edible plants of the world*. p 328 ; Hibbert, M., 2002, *The Aussie Plant Finder 2002*, Florilegium. p 111 ; Kiple, K.F. & Ornelas, K.C., (eds), 2000, *The Cambridge World History of Food*. CUP p 432, 1785 ; Michael, P., 2007, *Edible Wild Plants and Herbs*. Grub Street. London. p 123 ; *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 ; Sp. pl. 1:501. 1753 ; *Tasmanian Herbarium Vascular Plants list p 48 (As Geum urbanum var. strictum)*