

Lepidium sativum L., 1753 (Cresson alénois)

Identifiants : 2014/lepsat

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze ([Le Potager de mes/nos Rêves](#))
Dernière modification le 18/09/2020

• **Classification/taxinomie :**

◦ **Famille :** Brassicaceae ;

- **Synonymes français :** cresson, cresson commun, cressonnette à larges feuilles, passerage cultivée ("passerage cultivé" = erreur), passerage des jardins, cressonnette, nasitor (nasitort), cresson à la noix, graine du Liban, cresson de Perse, cresson alénois à feuilles entières en forme de cuillère, cresson de terre, cresson des jardins ;
- **Nom(s) anglais et/ou international(aux) :** garden cress, pepperwort, tongue cress, town cress, nasturtium, pepper grass, cress, gardencress pepperweed, upland cress, habb al-rashad (ar), rashad (ar), jia du xing cai (cn transcrit), Gartenkresse (Garten Kresse) (de), agretto (it), nasturzio ortense (it), lepidio ortense (it), crescione inglese (it), agrião (pt), mastruço (pt), berro de huerta (es), ledio (es), smörgåskrasse (sv), bitterkers (nl), sterrekers (nl), tuinkers (nl), morritort ver (cat) ;



μ, graines : huileμ<0μ, graines germéesμ<0 μ et jeunes poussesμ<27 🌱

• **Note :** ***

• **Note perso :** ****

- **Rapport de consommation et comestibilité/consommabilité inférée (partie(s) utilisable(s) et usage(s) alimentaire(s) correspondant(s)) :** Feuille (feuillesμ0(+x)μ et jeunes pousses consomméesμ{{27(+x)μ [nourriture/aliment {commeμ{{{(dp*)(0(+x),27(+x))μ légumeμ0(+x)μ} ; en saladesμ{{{0(+x),{{27(+x)μ}}] ; fruit (gousses {fraîches ou séchées} [assaisonnement piquant]μ{{{0(+x)μ} ; grainesμ27(+x)μ [[assaisonnementμ(dp*)(27(+x))μ {comme condimentμ{{{27(+x)μ}}] ; extraitμ(dp*)(0(+x))μ graines : huileμ{{{0(+x)μ} [nourriture/aliment {huile alimentaireμ{{{(dp*)(0(+x))μ}}] ; et graines germéesμ{{{0(+x)μ} [nourriture/alimentμ{{{(dp*)(0(+x))μ}}] et racine (racinesμ0(+x)μ [assaisonnementμ(dp*)(0(+x))μ] {aromatisant ou épiceμ{{{0(+x)μ}}] comestiblesμ0(+x)μ. ;

Feuilles, herbe, épice, légume, graines - huileμ{{{0(+x)μ}.

-les feuillesμ{{{0(+x)μ} etμ(dp*)(0(+x))μ jeunes poussesμ{{{27(+x)μ} sont utiliséesμ{{{0(+x)μ} (consomméesμ27(+x)μ) en saladesμ{{{0(+x),{{27(+x)μ}} ; elles sont coupées quand elles sont jeunes ; les feuilles tendres sont cuites comme légumeμ{{{0(+x)μ} (ex. : pothere, brèdeμ{{{(dp*)(0(+x))μ}} ; elles sont utilisées dans les currys ;

-les gousses fraîches ou séchées peuvent être utilisées comme un assaisonnement piquantμ{{{0(+x)μ}.

Graines utilisées comme condimentμ{{{27(+x)μ} ;

-les graines donnent aussi une huile comestible ; les graines peuvent être germées et mangées ;

-les racines sont parfois utilisées comme assaisonnement ou épiceμ{{{0(+x)μ}.



Précautions à prendre :

néant, inconnus ou indéterminés.

- **Autres infos :** Plante cultivée depuis l'antiquité et aujourd'hui très cultivée dans les régions tempéréesμ<27(+x)μ. ;
- **Catégories :** pscf ;
- **Illustration(s) (photographie(s) et/ou dessin(s)):**



De gauche à droite :

Par Wig

Par "de:Benutzer:Rainer Zenz" [GFDL ou CC-BY-SA-3.0-2.5-2.0-1.0], via Wikimedia Commons

• Liens, sources et/ou références :

- ["Plants For a Future" \(en anglais\)](#) et sa traduction [Plantes d'Avenir](#) ;
- **Wikipedia** :
 - https://fr.wikipedia.org/wiki/Cresson_al%C3%A9nois (en français) ;
 - https://en.wikipedia.org/wiki/Garden_cress (source en anglais) ;
 - <https://de.wikipedia.org/wiki/Gartenkresse> (source en anglais) ;
- **PASSEPORTSANTÉ.NET** www.tela-botanica.org/bdtfx-nn-75217 ;
https://www.passeportsante.net/fr/Nutrition/EncyclopedieAliments/Fiche.aspx?doc=cresson_nu :: FloreAlpes
https://www.floreAlpes.com/fiche_lepidiumsativum.php :: www.homejardin.com
https://www.homejardin.com/cresson_alenois/lepidium_sativum.html
- **PASSEPORTSANTÉ.NET** :
https://www.passeportsante.net/fr/Nutrition/EncyclopedieAliments/Fiche.aspx?doc=cresson_nu ;
- **FloreAlpes** : https://www.floreAlpes.com/fiche_lepidiumsativum.php ;
- **www.homejardin.com** : https://www.homejardin.com/cresson_alenois/lepidium_sativum.html ;

dont classification :

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

dont Google (recherche de/pour) "[Lepidium sativum](#)" : [pages](#), [images](#) | "[Cresson alénois](#)" : [pages](#) ;

dont livres et bases de données : 0"[FOOD PLANTS INTERNATIONAL](#)" (en anglais), 27[Dictionnaire des plantes comestibles](#) (livre, page 174, par Louis Bubenicek) ;

dont biographie/références de "[FOOD PLANTS INTERNATIONAL](#)" :

Ali-Shtayeh, M. S., et al, 2008, *Traditional knowledge of wild edible plants used in Palestine (Northern West Bank): A comparative study*. *J Ethnobiol Ethnomed.* 4: 13 ; Al-Qura'n, S. A., 2010, *Ethnobotanical and Ecological Studies of Wild Edible Plants in Jordan*. *Libyan Agriculture Research Center Journal International* 1(4):231-243 ; Ambasta S.P. (Ed.), 2000, *The Useful Plants of India*. CSIR India. p 323 ; Brouk, B., 1975, *Plants Consumed by Man*. Academic Press, London. p 103 ; Brown, D., 2002, *The Royal Horticultural Society encyclopedia of Herbs and their uses*. DK Books. p 259 ; Burkill, H. M., 1985, *The useful plants of west tropical Africa*, Vol. 1. Kew. ; Cheifetz, A., (ed), 1999, *500 popular vegetables, herbs, fruits and nuts for Australian Gardeners*. Random House p 131 ; Curtis, W.M., 1956, *The Students Flora of Tasmania* Vol 1 p 46 ; Ertug, F., 2004, *Wild Edible Plants of the Bodrum Area. (Mugla, Turkey)*. *Turk. J. Bot.* 28 (2004): 161-174 ; Esperanca, M. J., 1988. *Surviving in the wild. A glance at the wild plants and their uses*. Vol. 1. p 295 ; Facciola, S., 1998, *Cornucopia 2: a Source Book of Edible Plants*. Kampong Publications, p 58 ; *Flora of Australia, Volume 8, Lecythidales to Batales*, Australian Government Publishing Service, Canberra (1982) p 261 ; *Flora of Pakistan*. www.eFloras.org ; Grubben, G. J. H. and Denton, O. A. (eds), 2004, *Plant Resources of Tropical Africa 2. Vegetables*. PROTA, Wageningen, Netherlands. p 365 ; Hadfield, J.,

2001, *The A-Z of Vegetable Gardening in South Africa*. Struik p 111 ; Hedrick, U.P., 1919, (Ed.), *Sturtevant's edible plants of the world*. p 378 ; Herklots, G. A. C., 1972, *Vegetables in South-East Asia*. Allen & Unwin. p 131 ; 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 307 ; Hu, Shiu-ying, 2005, *Food Plants of China*. The Chinese University Press. p 417 ; Jansen, P.C.M., 2004. *Lepidium sativum L.* [Internet] Record from Protabase. Grubben, G.J.H. & Denton, O.A. (Editors). PROTA (Plant Resources of Tropical Africa), Wageningen, Netherlands. < <http://database.prota.org/search.htm>>. Accessed 16 October 2009. ; Jardin, C., 1970, *List of Foods Used In Africa*, FAO Nutrition Information Document Series No 2.p 86 ; 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 432, 1765 ; Kybal, J., 1980, *Herbs and Spices, A Hamlyn Colour Guide*, Hamlyn Sydney p 118 ; Lazarides, M. & Hince, B., 1993, *Handbook of Economic Plants of Australia*, CSIRO. p 146 ; Macmillan, H.F. (Revised Barlow, H.S., et al), 1991, *Tropical Planting and Gardening*. Sixth edition. Malayan Nature Society. Kuala Lumpur. p 363 ; Mabey, R., 1973, *Food for Free. A Guide to the edible wild plants of Britain*, Collins. p 86 ; Manandhar, N.P., 2002, *Plants and People of Nepal*. Timber Press. Portland, Oregon. p 289 ; Martin, F.W. & Ruberte, R.M., 1979, *Edible Leaves of the Tropics*. Antillian College Press, Mayaguez, Puerto Rico. p 188 ; Patiri, B. & Borah, A., 2007, *Wild Edible Plants of Assam*. Geethaki Publishers. p 6 ; Pham-Hoang Ho, 1999, *An Illustrated Flora of Vietnam*. Nha Xuat Ban Tre. p 605 ; *Plants for a Future database, The Field, Penpol, Lostwithiel, Cornwall, PL22 0NG, UK*. <http://www.scs.leeds.ac.uk/pfaf/> ; Pursglove, J.W., 1968, *Tropical Crops Dicotyledons*, Longmans. p 96 ; Sarma, H., et al, 2010, *Updated Estimates of Wild Edible and Threatened Plants of Assam: A Meta-analysis*. *International Journal of Botany* 6(4): 414-423 ; Schneider, E., 2001, *Vegetables from Amaranth to Zucchini: The essential reference*. HarperCollins. p 229 ; Seidemann J., 2005, *World Spice Plants. Economic Usage, Botany, Taxonomy*. Springer. p 203 ; Smith, P.M., 1979, *Garden Cress*, in Simmonds, N.W., (ed), *Crop Plant Evolution*. Longmans. London. p 306 ; Sp. pl. 2:644. 1753 ; *Tasmanian Herbarium Vascular Plants list* p 18 ; Terra, G.J.A., 1973, *Tropical Vegetables*. *Communication 54e Royal Tropical Institute, Amsterdam*, p 56 ; Tronickova, E. & Krejcova, Z., 1987, *Ortaggi*, *Istituto Geografico de Agostini, Cecoslovacchia*. p 90 ; Tukan, S. K., et al, 1998, *The use of wild edible plants in the Jordanian diet*. *International Journal of Food Sciences and Nutrition*. 49:225-235 ; USDA, ARS, *National Genetic Resources Program. Germplasm Resources Information Network - (GRIN)*. [Online Database] *National Germplasm Resources Laboratory, Beltsville, Maryland*. Available: www.ars-grin.gov/cgi-bin/npgs/html/econ.pl (10 April 2000) ; van Wyk, B., 2005, *Food Plants of the World. An illustrated guide*. Timber press. p 227 ; *Wild Edible Plants in Lebanon. Promoting dietary diversity in poor communities in Lebanon*. <http://www.wildedibleplants.org/> ; Zhou Taiyan, Lu Lianli, Yang Guang; Ihsan A. Al-Shehbaz, *BRASSICACEAE (CRUCIFERAE)*, *Flora of China*.