

***Pistia stratiotes* , (Laitue d'eau)**

Identifiants : 2594/pisstr

**Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze ([Le Potager de mes/nos Rêves](#))
Dernière modification le 19/09/2020**

- **Nom(s) anglais et/ou international(aux) :** water lettuce, Nile cabbage ;
- **Rapport de consommation et comestibilité/consommabilité inférée (partie(s) utilisable(s) et usage(s) alimentaire(s) correspondant(s)) :** Partie(s) comestible(s) : feuilles, légume.
Utilisation(s)/usage(s) culinaire(s) :
 - les jeunes feuilles sont cuites et consommées comme légume (ex. : potherbe) ; elles sont également ajoutées aux soupes ;
 - les cendres provenant de plantes brûlées sont utilisées comme substitut du sel.



Précautions à prendre :

(1*)**ATTENTION :** la plante contient des cristaux d'oxalate urticants ; ceux-ci peuvent être éliminés par ébullition et en changeant l'eau de cuisson ; la plante accumule également les métaux lourds dans les cours d'eau pollués.

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

dont classification :

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

dont Google (recherche de/pour) "*Pistia stratiotes*" : [pages](#), [images](#) / "*Laitue d'eau*" : [pages](#) ;

dont livres et bases de données : "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" (en anglais) ;

dont biographie/références de "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

Achigan-Dako, E, et al (Eds), 2009, *Catalogue of Traditional Vegetables in Benin*. International Foundation for Science. ; Ambasta, S.P. (Ed.), 2000, *The Useful Plants of India*. CSIR India. p 462 ; Bodkin, F., 1991, *Encyclopedia Botanica*. Cornstalk publishing, p 805 ; Brickell, C. (Ed.), 1999, *The Royal Horticultural Society A-Z Encyclopedia of Garden Plants*. Convent Garden Books. p 805 ; Brown, W.H., 1920, *Wild Food Plants of the Philippines*. Bureau of Forestry Bulletin No. 21 Manila. p 32 ; Burkill, H. M., 1985, *The useful plants of west tropical Africa*, Vol. 1. Kew. ; Burkill, I.H., 1966, *A Dictionary of the Economic Products of the Malay Peninsula*. Ministry of Agriculture and Cooperatives, Kuala Lumpur, Malaysia. Vol 2 (I-Z) p 1787 ; Cundall, P., (ed.), 2004, *Gardening Australia: flora: the gardener's bible*. ABC Books. p 1053 ; Dalziel, J. M., 1937, *The Useful plants of west tropical Africa*. Crown Agents for the Colonies London. ; Facciola, S., 1998, *Cornucopia 2: a Source Book of Edible Plants*. Kampong Publications, p 172 ; Fowler, D. G., 2007, *Zambian Plants: Their Vernacular Names and Uses*. Kew. p 64 ; Grubben, G. J. H. and Denton, O. A. (eds), 2004, *Plant Resources of Tropical Africa 2. Vegetables*. PROTA, Wageningen, Netherlands. p 564 ; Herb., E. A., 1981, ; Heywood, V.H., Brummitt, R.K., Culham, A., and Seberg, O., 2007, *Flowering Plant Families of the World*. Royal Botanical Gardens, Kew. p 346 ; Hibbert, M., 2002, *The Aussie Plant Finder 2002*, Florilegium. p 235 ; 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 20 ; Jardin, C., 1970, *List of Foods Used In Africa*, FAO Nutrition Information Document Series No 2. p 95 ; Jain et al, 2011, *Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine* 7:29 p 7 ; Johns, R.J. & Hay, A., 1976, *Monocotyledons of Papua New Guinea. Part 1*, Forestry College Bulolo, PNG p 65 ; Lamp, C & Collet F., 1989, *Field Guide to Weeds in Australia*. Inkata Press. p 217 ; Lazarides, M. & Hince, B., 1993, *Handbook of Economic Plants of Australia*, CSIRO. p 191 ; Leach, G.J., & Osborne, P.L., 1985, *Freshwater Plants of Papua New Guinea*. UPNG Press, p 91 ; Llamas, K.A., 2003, *Tropical Flowering Plants*. Timber Press. p 85 ; Lugod, G.C. and de Padua L.S., 1979, *Wild Food Plants in the Philippines*. Vol. 1. Univ. of Philippines Los Banos. p 15 ; Malaisse, F., 1997, *Se nourrir en floret claire africaine. Approche écologique et nutritionnelle*. CTA., p 91. ; Marinelli, J. (Ed), 2004, *Plant. DK*. p 465 ; Martin, F.W. & Ruberte, R.M., 1979, *Edible Leaves of the Tropics*. Antillan College Press, Mayaguez, Puerto Rico. p 176 ;

McMakin, P.D., 2000, *Flowering Plants of Thailand. A Field Guide*. White Lotus. p 82 ; Monsalud, M.R., Tongacan, A.L., Lopez, F.R., & Lagrimas, M.Q., 1966, *Edible Wild Plants in Philippine Forests*. *Philippine Journal of Science*. p 443 ; Nkeoua, G. & Boundzanga, G. C., 1999, *Donnees sur les produits forestieres non ligneux en Republique du Congo*. FAO. p 34 ; Paczkowska, G. & Chapman, A.R., 2000, *The Western Australian Flora. A Descriptive Catalogue*. Western Australian Herbarium. p 36 ; Peters, C. R., O'Brien, E. M., and Drummond, R.B., 1992, *Edible Wild plants of Sub-saharan Africa*. Kew. p 12 ; Pickering, H., & Roe, E., 2009, *Wild Flowers of the Victoria Falls Area*. Helen Pickering, London. p 29 ; *Plants of Haiti Smithsonian Institute* <http://botany.si.edu> ; Purseglove, J.W., 1972, *Tropical Crops. Monocotyledons*. Longmans p 60 ; Romanowski, N., 2007, *Edible Water Gardens*. Hyland House. p 112 ; Ruffo, C. K., Birnie, A. & Tengnas, B., 2002, *Edible Wild Plants of Tanzania*. RELMA p 528 ; Sainty, G.R. & Jacobs, S.W.L., 1981, *Waterplants of New South Wales*. Water Resources Commission. NSW p 66 ; Sainty, G., and Jacobs, S., 2003, *Waterplants in Australia. A Field Guide*. Sainty Books. p 10 ; Singh, H.B., Arora R.K., 1978, *Wild edible Plants of India*. Indian Council of Agricultural Research, New Delhi. p 39 ; Slocum, P.D. & Robinson, P., 1999, *Water Gardening. Water Lilies and Lotuses*. Timber Press. p 66 ; Sp. pl. 2:963. 1753 ; Stephens, K.M., & Dowling, R.M., 2002, *Wetland Plants of Queensland. A field guide*. CSIRO p 8 ; Staples, G.W. and Herbst, D.R., 2005, *A tropical Garden Flora*. Bishop Museum Press, Honolulu, Hawaii. p 610 (Drawing) ; Swapna, M. M. et al, 2011, *A review on the medicinal and edible aspects of aquatic and wetland plants of India*. *J. Med. Plants Res.* 5 (33) pp. 7163-7176 ; WATT, ; Williamson, J., 2005, *Useful Plants of Malawi*. 3rd. Edition. Mdadzi Book Trust. p 201