

# ***Silybum marianum* (L.) Gaertn., 1791 (Chardon-Marie)**

**Identifiants : 3127/silmar**

**Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze ([Le Potager de mes/nos Rêves](#))  
Dernière modification le 28/09/2020**

- **Classification/taxinomie :**
  - **Famille :** Compositae ;
- **Synonymes français :** chardon Marie, artichaut sauvage, chardon de Notre-Dame (chardon notre dame), chardon marbré, épine blanche, lait de Notre-Dame (lait de Notre Dame), silybe de Marie, chardon argenté, chardon-béni (chardon béni), chardon laiteux, chardon blanc, chardon blanc piquant, chardon taché, chardon bénit ;
- **Nom(s) anglais et/ou international(aux) :** blessed milk thistle, bull thistle, gundagai thistle, holy thistle, lady's thistle, milk thistle, variegated artichoke, variegated thistle, shawk el-gamal (ar), Mariendistel (de), cardo-leiteiro (pt), ostro-pestro (ru translittéré), rastoropsa pjatnistaja (ru translittéré), cardo de María (es), cardo mariano (es), mariatistel (sv) ;
- **Rapport de consommation et comestibilité/consommabilité inférée (partie(s) utilisable(s) et usage(s) alimentaire(s) correspondant(s)) :** Partie(s) comestible(s)  $\mu\{\{0(+x)\mu$  : tiges, feuilles, racines, bourgeons de fleur, huile  $\mu\{0(+x)\mu$ .  
**Utilisation(s)/usage(s)  $\mu\{\{0(+x)\mu$  culinaires :**
  - les piquants doivent être retirés puis les feuilles peuvent être consommées crues en salade ou cuites  $\mu\{\{0(+x)\mu$  (ex. : comme potherbe  $\mu\{\{dp^*\}\mu$ ) ; elles sont utilisées dans les ragoûts ;
  - les jeunes tiges sont pelées, bouillies et mangées ;
  - les bases des capitules peuvent être mangées ;
  - les racines peuvent être cuites et mangées ; elles sont utilisées comme aliment de famine après ébullition dans l'eau ;
  - les graines contiennent une huile grasse comestible ; elles peuvent également être grillées et utilisées comme substitut de café  $\mu\{\{0(+x)\mu$ .(1\*)



**Précautions à prendre :**

(1\*)**ATTENTION  $\mu\{0(+x)\mu$  :** dans les sols fertiles , les plantes peuvent contenir des niveaux élevés de nitrates qui sont toxiques  $\mu\{0(+x)\mu$ .

- **Catégories :** pscf ;
- **Liens, sources et/ou références :**
  - **Tela Botanica :** <https://www.tela-botanica.org/bdtfx-nn-64454> ;

**dont classification :**

- "The Plant List" (en anglais) ;
- "GRIN" (en anglais) ;
- INPI (recherche, en anglais) ;

**dont Google (recherche de/pour) "*Silybum marianum*" :** [pages](#), [images](#) / "*Chardon-Marie*" : [pages](#) ;

**dont livres et bases de données :** 0"FOOD PLANTS INTERNATIONAL" (en anglais) ;

**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 575 ; Bodkin, F., 1991, Encyclopedia Botanica. Cornstalk publishing, p 214 ; Bremness, L., 1994, Herbs. Collins Eyewitness Handbooks. Harper Collins. p 269 ; Cundall, P.,

(ed.), 2004, *Gardening Australia: flora: the gardener's bible*. ABC Books. p 1341 ; Davis, S.D., Heywood, V.H., & Hamilton, A.C. (eds), 1994, *Centres of plant Diversity*. WWF. Vol 2. p 340 ; Curtis, W.M., 1963, *The Students Flora of Tasmania Vol 2* p 378 ; Della, A., et al, 2006, *An ethnobotanical survey of wild edible plants of Paphos and Larnaca countryside of Cyprus*. *J. Ethnobiol. Ethnomed.* 2:34 ; Esperanca, M. J., 1988. *Surviving in the wild. A glance at the wild plants and their uses*. Vol. 1. p 128 (As *Carduus benedictus*) ; Facciola, S., 1998, *Cornucopia 2: a Source Book of Edible Plants*. Kampong Publications, p 42 ; *Famine foods (As Carduus marianus)* ; *Flora of Australia Volume 49, Oceanic Islands 1*, Australian Government Publishing Service, Canberra. (1994) p 367 ; Hedrick, U.P., 1919, (Ed.), *Sturtevant's edible plants of the world*. p 607 ; Hermandez 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 263 ; Hinnawi, N. S. A., 2010, *An ethnobotanical study of wild edible plants in the Northern West Bank "Palestine"*. An-Najah National University. p 92 ; 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 104 ; Hu, Shiu-ying, 2005, *Food Plants of China*. The Chinese University Press. p 745 ; Hyde-Wyatt, B.H. & Morris D.L., 1975, *Tasmanian Weed Handbook*. Dept of Ag Tasmania. p 31 ; Jardin, C., 1970, *List of Foods Used In Africa*, *FAO Nutrition Information Document Series No 2*.p 101 ; Kang, Y., et al, 2012, *Wild food plants and wild edible fungi in two valleys on the Qinling Mountains (Shaanxi, central China)* *Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine*; 9:26 ; Lamp, C & Collet F., 1989, *Field Guide to Weeds in Australia*. Inkata Press. p 271 ; Lazarides, M. & Hince, B., 1993, *Handbook of Economic Plants of Australia*, CSIRO. p 220 ; Lentini, F. and Venza, F., 2007, *Wild food plants of popular use in Sicily*. *J Ethnobiol Ethnomedicine*. 3: 15 ; Low, T., 1991, *Wild Herbs of Australia and New Zealand*. Angus & Robertson. p 35 (Drawing) ; Low, T., 1992, *Bush Tucker. Australia's Wild Food Harvest*. Angus & Robertson. p 175 ; Mabey, R., 1973, *Food for Free. A Guide to the edible wild plants of Britain*, Collins. p 115 ; Martin, F.W. & Ruberte, R.M., 1979, *Edible Leaves of the Tropics*. Antillian College Press, Mayaguez, Puerto Rico. p 186 ; Paczkowska, G. & Chapman, A.R., 2000, *The Western Australian Flora. A Descriptive Catalogue*. Western Australian Herbarium. p 176 ; PARMENTIER (*As Carduus marianus*) ; *Plants for a Future database, The Field, Penpol, Lostwithiel, Cornwall, PL22 0NG, UK*. <http://www.scs.leeds.ac.uk/pfaf/> ; Royal Botanic Gardens, Kew (1999). *Survey of Economic Plants for Arid and Semi-Arid Lands (SEPASAL) database*. Published on the Internet; <http://www.rbgekew.org.uk/ceb/sepasal/internet> [Accessed 14th April 2011] ; Sanchez-Mata, M. C., et al, 2010, *Wild vegetables of the Mediterranean area as valuable sources of bioactive compounds*. *Genet. Resourc. Crop Evol.* 59:431-443 ; Skinner, G. & Brown, 1981, C., *Simply Living. A gatherer's guide to New Zealand's fields, forests and shores*. Reed. p 25 ; *Tasmanian Herbarium Vascular Plants list* p 14 ; 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