

Stachys palustris L., 1753 (Épiaire des marais)

Identifiants : 3232/stapal

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze ([Le Potager de mes/nos Rêves](#))
Dernière modification le 25/09/2020

- **Classification/taxinomie :**

- **Famille :** Lamiaceae ;



- **Rapport de consommation et comestibilité/consommabilité inférée (partie(s) utilisable(s) et usage(s) alimentaire(s) correspondant(s)) :** Racine (tendres ; fraîches (cuites μ 1 μ) ou sèches (farine) μ 1 μ), feuille (tendres, dont tiges (avant floraison ; dont pointes et bases) ; cuites μ 1 μ) et graines (aromatisantes (épice) μ 1 μ) comestibles. ;

feuilles cuites (ex. : comme potherbe) μ {{(dp*) μ . ;



Précautions à prendre :

néant, inconnus ou indéterminés.

- **Catégories :** pscf, cae, cf, farine, bouillies, épaisissant, soupe, afc, légume, lfi, sp, pé, salades, lbo1 ;
- **Arôme et/ou texture :** champignon, parfois huile d'olive1 ;
- **Liens, sources et/ou références :**

dont classification :

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

dont Google (recherche de/pour) "Stachys palustris" : [pages](#), [images](#) | "Épiaire des marais" : [pages](#) ;

dont livres et bases de données : 1Plantes sauvages comestibles (livre pages 101 et 102, par S.G. Fleischhauer, J. Guthmann et R. Spiegelberger), 76Le Potager d'un curieux - histoire, culture et usages de 250 plantes comestibles peu connues ou inconnues (livre, page 166, par A. Paillieux et D. Bois) ;