

***Tetragonia tetragonioides* (Pall.) Kuntze, 1891 (Tétragone)**

Identifiants : 3291/tettet

**Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze ([Le Potager de mes/nos Rêves](#))
Dernière modification le 21/09/2020**

- **Classification/taxinomie :**
 - **Famille :** Aizoaceae ;
- **Synonymes :** *Demidovia tetragonioides* Pall. 1781 (=) *basionym*, *Tetragonia expansa* Murray 1783, *Tetragonia tetragonoides* (nom invalide (Pall.) Kuntze 1891 ;
- **Synonymes français :** épinard de Nouvelle-Zélande (épinard de la Nouvelle Zélande, épinard de Nouvelle Zélande), épinard d'été, tétragone cornue, tétragone étalée, épinard des pauvres ;
- **Nom(s) anglais et/ou international(aux) :** *New Zealand-spinach*, (*New Zealand spinach*), *warrigal-cabbage* (*warrigal cabbage*), *wild spinach*, *warrigal greens* (au), *warrigal spinach*, *fan xing* (cn transcrit), *Neuseelandspinat* (de), *spinaccio della Nuova Zelanda* (it), *spinacio della Nouva Zelanda* (it), *tsuru-na* (jp romaji), *beonhaengcho* (ko transcrit), *espinafre-da-nova-zelândia* (pt,br), *espinaça de Nueva Zelandia* (es), *nyzeeländsk spenat* (sv) ;
- **Rapport de consommation et comestibilité/consommabilité inférée (partie(s) utilisable(s) et usage(s) alimentaire(s) correspondant(s)) :** Partie(s) comestible(s)μ{{0(+x)μ : feuilles, légumeμ{{0(+x)μ.
Utilisation(s)/usage(s)μ{{0(+x)μ culinaires : les feuilles charnues et les sommets sont consommés ; ils peuvent être consommés crus, cuits à la vapeur, bouillis, sautés, à la crème, servis avec des champignons, ou pour en faire une quicheμ{{0(+x)μ ; feuilles et extrémités cuites comme potherbe (ex. : substitut d'épinard)μ{{{(dp*)μ.(1*)



Précautions à prendre :

(1*)**ATTENTION**μ0(+x)μ : elles peuvent contenir des oxalates et des nitrates qui peuvent être toxiquesμ<0(+x)μ.

- **Catégories :** pscf ;
- **Nombre de graines au gramme :** 20 ;
- **Liens, sources et/ou références :**
 - **Wikipedia :**
 - https://fr.wikipedia.org/wiki/Tetragonia_tetragonioides (en français) ;
 - **Tela Botanica :** <https://www.tela-botanica.org/bdtfx-nn-67274> ;

dont classification :

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

dont Google (recherche de/pour) "*Tetragonia tetragonioides*" : [pages](#), [images](#) / "*Tétragone*" : [pages](#) ;

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

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

*Ambasta, S.P. (Ed.), 2000, The Useful Plants of India. CSIR India. p 630 ; Bianchini, F., Corbetta, F., and Pistoia, M., 1975, Fruits of the Earth. Cassell. p 78 (As *Tetragona expansa*) ; Bindon, P., 1996, Useful Bush Plants. Western*

Australian Museum. p 249 ; Bodkin, F., 1991, *Encyclopedia Botanica*. Cornstalk publishing, p 971 ; 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 2182 (As *Tetragonia expansa*) ; Chen, B. & Qiu, Z., *Consumer's Attitudes towards Edible Wild Plants*, Ishikawa Prefecture, Japan. p 26 www.hindawi.com/journals/ijfr/aip/872413.pdf ; Cheifetz, A., (ed), 1999, *500 popular vegetables, herbs, fruits and nuts for Australian Gardeners*. Random House p 104