

# Trifolium repens L., 1753 (Trèfle blanc)

Identifiants : 3352/trirep

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

- **Classification/taxinomie :**
  - Famille : Leguminosae ;
  - Nom complet : *Trifolium repens* var. *repens* L. ;
- **Synonymes :** *Trifolium repens* L. var. *atropurpureum* hort. ;
- **Synonymes français :** trèfle rampant, trèfle blanc nain, trèfle de Hollande ;
- **Nom(s) anglais et/ou international(aux) :** white clover, Dutch clover, shamrock ;
- **Rapport de consommation et comestibilité/consommabilité inférée (partie(s) utilisable(s) et usage(s) alimentaire(s) correspondant(s)) :** Partie(s) comestible(s) : fleurs, pousses, graines, gousses.  
**Utilisation(s)/usage(s) culinaire(s) :**
  - les jeunes feuilles tendres sont trempées dans de l'eau salée pendant plusieurs heures ou bouillies pendant 5-10 minutes, puis mangées ;
  - les têtes de fleurs séchées peuvent être utilisées pour le thé ;
  - les têtes et les graines de fleurs séchées peuvent être broyées en farine.



Précautions à prendre :

(1\*)ATTENTION : les feuilles peuvent contenir du cyanure et doivent donc être cuites.

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

dont classification :

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

dont Google (recherche de/pour) "*Trifolium repens*" : [pages](#), [images](#) | "Trèfle blanc" : [pages](#) ;

dont livres et bases de données : "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 651 ; Bremness, L., 1994, *Herbs*. Collins Eyewitness Handbooks. Harper Collins. p 222 ; Cormack, R. G. H., 1967, *Wild Flowers of Alberta*. Commercial Printers Edmonton, Canada. p 186 ; Cundall, P., (ed.), 2004, *Gardening Australia: flora: the gardener's bible*. ABC Books. p 1429 ; Dashorst, G.R.M., and Jessop, J.P., 1998, *Plants of the Adelaide Plains & Hills*. Botanic Gardens of Adelaide and State Herbarium. p 90 ; Diaz-Betancourt, M., et al, 2001, *Weeds as a future source for human consumption*. (On Plants for a Future website) ; Facciola, S., 1998, *Cornucopia 2: a Source Book of Edible Plants*. Kampong Publications, p 111 ; *Flora of Australia Volume 49, Oceanic Islands 1*, Australian Government Publishing Service, Canberra. (1994) p 193 ; Harris, S., Buchanan, A., Connolly, A., 2001, *One Hundred Islands: The Flora of the Outer Furneaux*. Tas Govt. p 242 ; Hedrick, U.P., 1919, (Ed.), *Sturtevant's edible plants of the world*. p 654 ; 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 160 ; Hyde-Wyatt, B.H. & Morris D.I., 1975, *Tasmanian Weed Handbook*. Dept of Ag Tasmania. p 105 ; Jackes, D. A., 2007, *Edible Forest Gardens* ; Kiple, K.F. & Ornelas, K.C., (eds), 2000, *The Cambridge World History of Food*. CUP p 1759 ; Lamp, C & Collet F., 1989, *Field Guide to Weeds in Australia*. Inkata Press. p 309 ; Michael, P., 2007, *Edible Wild Plants and Herbs*. Grub Street. London. p 63 ; Paczkowska, G. & Chapman, A.R., 2000, *The Western Australian Flora. A Descriptive Catalogue*.

*Western Australian Herbarium. p 452 ; Plants for a Future database, The Field, Penpol, Lostwithiel, Cornwall, PL22 0NG, UK. <http://www.scs.leeds.ac.uk/pfaf/> ; Redzic, S. J., 2006, Wild Edible Plants and their Traditional Use in the Human Nutrition in Bosnia-Herzegovina. Ecology of Food and Nutrition, 45:189-232 ; Sp. pl. 2:767. 1753 ; Stern, G., 1986, Australian Weeds. A Source of Food and Medicine. Harper & Row. p 213 ; Tasmanian Herbarium Vascular Plants list p 32 ; Whitney, C. W., et al, 2012, A Survey of Wild Collection and Cultivation of Indigenous Species in Iceland. Human Ecology 40:781-787*