Dysphania ambrosioides (L.) Mosyakin & Clemants, 2002 (Epazote)

Identifiants : 12285/dysamb

Association du Potager de mes/nos Rêves (https://lepotager-demesreves.fr)
Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le

- ***Classification phylogénétique :***
    - ***Clade : Angiospermes ;***
    - ***Clade : Dicotylédones vraies ;***
    - ***Ordre : Caryophyllales ;***
    - ***Famille : Amaranthaceae ;***
- ***Classification/taxinomie traditionnelle :***
    - ***Règne : Plantae ;***
    - ***Sous-règne : Tracheobionta ;***
    - ***Division : Magnoliophyta ;***
    - ***Classe : Magnoliopsida ;***
    - ***Ordre : Caryophyllales ;***
    - ***Famille : Amaranthaceae ;***
    - ***Genre : Dysphania ;***
- ***Synonymes : Chenopodium ambrosioides L. 1753, Dysphania anthelmintica (L.) Mosyakin & Clemants 2002 ;***
- ***Synonymes français : thé mexicain ou du Mexique, fausse ambroisie, ansérine ;***
- ***Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : Mexican tea , mexikanischer Drüsengänsefuß (de) ;***
- ***Rusticité (résistance face au froid/gel) : zone 8 ou 9 ;***



- ***Note comestibilité : ******
- ***Rapport de consommation et comestibilité/consommabilité inférée (partie(s) utilisable(s) et usage(s) alimentaire(s) correspondant(s)) :***

Feuille (feuilles$^{0(+x),27(+x)}$ {fraîches ou séchées$^{\{\{\{0(+x)\}}$} [nourriture/aliment$^{\{\{\{(dp*)}$ {légume$^{27(+x)}$} ; base boissons/breuvages$^{\{\{\{(dp*)}$ {tisanes : substitut de thé$^{\{\{\{0(+x)\}}$} et/ou assaisonnement$^{\{\{\{(dp*)}$ {condiment$^{27(+x)}$}]) et fruit (graines$^{0(+x),27(+x)}$ crues$^{27(+x)}$ {brutes$^{(dp*)}$ ou salées$^{27(+x)}$ ou cuites$^{(dp*)}$) comestibles$^{0(+x)}$.(1*)

Détails :

Feuilles utilisées comme condiment au Mexique$^{\{\{\{27(+x)}$; elles sont ajoutées aux haricots et aux soupes de saison et d'autres plats ; elles peuvent être séchées car elles conservent leur saveur ; les feuilles fraîches peuvent être stockées pendant 2-3 jours.
Les graines peuvent être broyées en farine noir et mélangées avec de l'eau et mangées ; elles sont également grillées et ajoutées aux alcools$^{\{\{\{0(+x)}$.

Usage culinaire (toute la plante est utilisée, des feuilles fraiches ou éventuellement sèches aux graines immatures) :
-infusion agréable (d'où son nom de "thé mexicain") ;
-assaisonnement/aromate ; elle assaisonne des plats de viande et aromatise tamales (genre de papillote), frijoles de olla (haricots noirs), etc..., dans la cuisine mexicaine ;
-soupes et salades ;
-les fruits sont également consommés verts et c'est ainsi, semble-t'il, que cette plante à le plus de goût$^{\{\{\{(dp*)}$.(1*)

ATTENTION: Il vaut probablement mieux ne pas manger cette plante en grande quantité. Les feuilles ont été utilisées comme substitut du thé. Les feuilles sont ajoutées aux haricots et pour assaisonner les soupes et autres plats. Les feuilles peuvent être séchées et elles conservent leur saveur. Les feuilles fraîches peuvent être conservées pendant 2-3 jours. Les graines peuvent être moulues en farine noire et mélangées avec de l'eau et consommées. Ils sont également torréfiés et ajoutés aux boissons alcoolisées. Attention: l'alcool est une cause de cancer

Partie testée : feuilles{{{0(+x) (traduction automatique)
Original : Leaves{{{0(+x)

Taux d'humidité	Énergie (kj)	Énergie (kcal)	Protéines (g)	Pro-vitamines A (µg)	Vitamines C (mg)	Fer (mg)	Zinc (mg)
89.2	134	32	0.33	55	3.6	1.9	1.1

Précautions :

(1*)ATTENTION0(+x) : il est probablement préférable de ne pas manger cette plante en grandes quantités{{{0(+x) ; sa consommation serait à éviter pour les enfants en bas âge et les femmes enceintes{{{(dp*).

- ***Note médicinale : *******
- ***Usages médicinaux : Propriétés médicinales : vermifuge, antispasmodique, stomachique, eupeptique et carminative{{{(dp*) ;***
- ***Illustration(s) (photographie(s) et/ou dessin(s)):***

Par Blanco M. (Flora de Filipinas, t. 69, 1875), via plantillustrations.org

- ***Liens, sources et/ou références :***
  - ***Tela Botanica :*** https://www.tela-botanica.org/bdtfx-nn-16760-synthese ***;***
  - ***Toil' d'Epices :*** https://www.toildepices.com/wiki/index.php?title=Epazote#.U4SKndwujvE ***;***
  - ***Saveurs mexicaines :*** https://www.saveursmexicaines.com/templates/home.php?page=62&content=146 ***;***
  - ***Wikipedia :***
    - https://fr.wikipedia.org/wiki/%C3%89pazote (en français) ***;***
    - https://de.wikipedia.org/wiki/Mexikanischer_Dr%C3%BCseng%C3%A4nsefu%C3%9F (source en anglais) ***;***
    - https://en.wikipedia.org/ (source en anglais) ***;***
  - ***5"Plants For a Future" (en anglais) :*** https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Dysphania_ambrosioides ***;***

    dont classification :

  - ***"The Plant List" (en anglais) :*** www.theplantlist.org/tpl1.1/record/kew-2780223 ***;***
  - ***"GRIN" (en anglais) :*** https://npgsweb.ars-grin.gov/gringlobal/taxon/taxonomydetail?id=446530 ***;***

    dont livres et bases de données : 0"Food Plants International" ([Chenopodium ambrosioides L.], en anglais), 27Dictionnaire des plantes comestibles (livre, page 82 [Chenopodium ambrosioides L.], par Louis Bubenicek) ;

    dont biographie/références de 0"FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

    Altschul, S.V.R., 1973, Drugs and Foods from Little-known Plants. Notes in Harvard University Herbaria. Harvard Univ. Press. Massachusetts. no. 871 ; Ambasta, S.P. (Ed.), 2000, The Useful Plants of India. CSIR India. p 119 ; Batawila, K., et al, 2007, Diversite et gestion des legumes de cueillete au Togo. African Journal of Food, Agriculture, Nutrition and Development 7(3& 4): 65 ; Beckstrom-Sternberg, Stephen M., and James A. Duke. "The

Foodp), Sturtevant's edible plants of the world. p 184 ; Hemphill, I, 2002, Spice Notes Macmillan. p 173 ; 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 12 ; Henty, E.E., 1980, Harmful Plants in Papua New Guinea. Botany Bulletin No 12. Division Botany, Lae, Papua New Guinea. p 32, 31 ; Hibbert, M., 2002, The Aussie Plant Finder 2002, Florilegium. p 66 ; 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 134 ; Jackes, B.R., 2001, Plants of the Tropics. Rainforest to Heath. An Identification Guide. James Cook University. p 46 ; Joyal, E., 1987, Ethnobotanical Field Notes from Ecuador: Camp, Prieto, Jorgensen, and Giler. Economic Botany 41(2): 163-189 ; Kanis, A., in Henty, E.E., (Ed.), 1981, Handbooks of the Flora of Papua New Guinea, Melbourne University Press, p 21 ; Kiple, K.F. & Ornelas, K.C., (eds), 2000, The Cambridge World History of Food. CUP p 1750, 1772 ; Kuo, W. H. J., (Ed.) Taiwan's Ethnobotanical Database (1900-2000), https://tk.agron.ntu.edu.tw/ethnobot/DB1.htm ; Lamp, C & Collet F., 1989, Field Guide to Weeds in Australia. Inkata Press. p 69 ; Lazarides, M. & Hince, B., 1993, Handbook of Economic Plants of Australia, CSIRO. p 56 ; Long, C., 2005, Swaziland's Flora - siSwati names and Uses https://www.sntc.org.sz/flora/ ; Manandhar, N.P., 2002, Plants and People of Nepal. Timber Press. Portland, Oregon. p 148 ; Martin, F.W. & Ruberte, R.M., 1979, Edible Leaves of the Tropics. Antillian College Press, Mayaguez, Puerto Rico. p 79, 182 ; Molla, A., Ethiopian Plant Names. https://www.ethiopic.com/aplants.htm ; Mot So Rau Dai an Duoc O Vietnam. Wild edible Vegetables. Ha Noi 1994, p 264 ; Paczkowska, G. & Chapman, A.R., 2000, The Western Australian Flora. A Descriptive Catalogue. Western Australian Herbarium. p 201 ; Patiri, B. & Borah, A., 2007, Wild Edible Plants of Assam. Geethaki Publishers. p 111 ; Pham-Hoang Ho, 1999, An Illustrated Flora of Vietnam. Nha Xuat Ban Tre. p 724 ; Plants For A Future database, The Field, Penpol, Lostwithiel, Cornwall, PL22 0NG, UK. https://www.scs.leeds.ac.uk/pfaf/ ; Plants of Haiti Smithsonian Institute https://botany.si.edu ; PROSEA handbook Volume 13 Spices. p 275 ; Purseglove, J.W., 1968, Tropical Crops Dicotyledons, Longmans. p 632 ; Recher, P, 2001, Fruit Spirit Botanical Gardens Plant Index. www.nrg.com.au/~recher/ seedlist.html p 5 ; Rodin, R.J., The Ethnobotany of the Kwanyama Ovambos, Missouri Botanical Garden. p 146 ; Rodriguez-Amaya, D. B., 1999, Carotenoides y Prepracion de Alimentos. University Estadual de Campinas, Brasil, Ph.D. thesis. p 25 ; Smith, A.C., 1981, Flora Vitiensis Nova, Lawaii, Kuai, Hawaii, Volume 2 p 295 ; Sp. pl. 1:219. 1753 ; Staples, G.W. and Herbst, D.R., 2005, A tropical Garden Flora. Bishop Museum Press, Honolulu, Hawaii. p 234 ; Stern, G., 1986, Australian Weeds. A Source of Food and Medicine. Harper & Row. p 128 ; Swaziland's Flora Database https://www.sntc.org.sz/flora ; van Wyk, B., 2005, Food Plants of the World. An illustrated guide. Timber press. p 129 ; Vazquez-Garcia. V., 2008, Gender, ethnicity, and economic status in plant management: Uncultivated edible plants among the Nahuas and Popolucas of veracruz, Mexico. Agriculture and Human Values 25: 65-77 (As Teloxys ambrosoides) ; www.zimbabweflora.co.zw 2011 ; Williamson, J., 2005, Useful Plants of Malawi. 3rd. Edition. Mdadzi Book Trust. p 63 ; www.chileflora.com ; Zhu Gelin (Chu Geling); Steven E. Clemants, CHENOPODIACEAE [Draft], Flora of China*