

# **Dysphania ambrosioides (L.) Mosyakin & Clements, 2002**

## **cv. 'Oaxaca Red'**

### **(Epazote)**

**Identifiants : 12286/dysamb1**

**Association du Potager de mes/nos Rêves (<https://lepotager-demesreves.fr>)**

**Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze**

**Dernière modification le 03/05/2024**

- **Classification phylogénétique :**

- *Clade : Angiospermes* ;
- *Clade : Dicotylédones vraies* ;
- *Ordre : Caryophyllales* ;
- *Famille : Amaranthaceae* ;

- **Classification/taxinomie traditionnelle :**

- *Règne : Plantae* ;
- *Division : Magnoliophyta* ;
- *Classe : Magnoliopsida* ;
- *Ordre : Caryophyllales* ;
- *Famille : Amaranthaceae* ;
- *Genre : Dysphania* ;

- **Synonymes :** *Chenopodium ambrosioides L. 1753, Dysphania anthelmintica (L.) Mosyakin & Clements 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<sup>0(+x),27(+x)</sup> {fraîches ou séchées<sup>{(0(+x)}</sup>} [nourriture/aliment<sup>{((dp\*)}{légume<sup>27(+x)</sup>}</sup> ; base boissons/breuvages<sup>{(((dp\*))</sup> {tisanes : substitut de thé<sup>{(0(+x)}</sup>} et/ou assaisonnement<sup>{((dp\*)}{condiment<sup>27(+x)</sup>}}</sup>]) et fruit (graines<sup>0(+x),27(+x)</sup> crues<sup>27(+x)</sup> {brutes<sup>(dp\*)</sup> ou salées<sup>27(+x)</sup> ou cuites<sup>(dp\*)</sup>) comestibles<sup>0(+x)</sup>.(1\*)**

**Détails :**

**Feuilles utilisées comme condiment au Mexique<sup>(((27(+x)</sup> ; 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<sup>{(0(+x)}</sup>.**

**Usage culinaire (toute la plante est utilisée, des feuilles fraîches 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<sup>(((dp)))</sup>.(1\*)

Partie testée : feuilles<sup>(((0(+x)) (traduction automatique)</sup>

Original : Leaves<sup>(((0(+x))</sup>

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

- Note médicinale : \*\*\*\*
- Usages médicinaux : Propriétés médicinales : vermifuge, antispasmodique, stomachique, eupeptique et carminative<sup>(((dp)))</sup> ;
- 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.saveurmexicaines.com/templates/home.php?page=62&content=146> ;
- Wikipedia :
  - [https://fr.wikipedia.org/wiki/%C3%89pazote\\_\(en\\_français\)](https://fr.wikipedia.org/wiki/%C3%89pazote_(en_français)) ;
  - [https://de.wikipedia.org/wiki/Mexikanischer\\_Dr%C3%BCCseng%C3%A4nsefu%C3%9F\\_\(source\\_en\\_anglais\)](https://de.wikipedia.org/wiki/Mexikanischer_Dr%C3%BCCseng%C3%A4nsefu%C3%9F_(source_en_anglais)) ;
  - <https://en.wikipedia.org/> (source en anglais) ;
- <sup>5</sup>"Plants For a Future" (en anglais) : [https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Dysphania\\_ambrosioides-Oaxaca\\_Red](https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Dysphania_ambrosioides-Oaxaca_Red) ;

dont classification :

- "The Plant List" (en anglais) : [www.theplantlist.org/tpl1.1/record/kew-2780223](http://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 : <sup>0</sup>"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 <sup>0</sup>"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 ; Hernandez 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](http://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 Preparacion 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](http://www.zimbabweflora.co.zw) 2011 ; Williamson, J., 2005, *Useful Plants of Malawi*. 3rd. Edition. Mdadzi Book Trust. p 63 ; [www.chileflora.com](http://www.chileflora.com) ; Zhu Gelin (Chu Ge ling); Steven E. Clemants, *CHENOPODIACEAE [Draft]*, *Flora of China*