

Malva sylvestris L., 1753 (Mauve sylvestre)

Identifiants : 19671/malsyl

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

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 17/04/2024

- Classification phylogénétique :

- Clade : Angiospermes ;
- Clade : Dicotylédones vraies ;
- Clade : Rosidées ;
- Clade : Malvidées ;
- Ordre : Malvales ;
- Famille : Malvaceae ;

- Classification/taxinomie traditionnelle :

- Règne : Plantae ;
- Division : Magnoliophyta ;
- Classe : Magnoliopsida ;
- Ordre : Malvales ;
- Famille : Malvaceae ;
- Genre : Malva ;

- Synonymes : Malva mauritiana L, Malva sylvestris var. incanescens Griseb, Malva erecta ;

- Synonymes français : grande mauve, mauve des bois, mauve sauvage, mauve, herbe à fromage, fausse guimauve, petit-fromage, fromage, mauve officinale ;

- Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : blue mallow, cheeses , common mallow, forest mallow, high mallow, tall mallow, cheese-flower, mallow, marsh mallow, large mallow , wilde Malve (de), mauretanische Malve (de), Malve (de), usubeni-aoi (jp romaji), zen-aoi (jp romaji), dangaug (ko transcrit), mal'va lesnaja (ru translittéré), prosvirnik lesnoj (ru translittéré), rödmalva (sv), groot Kaasjeskruid (nl), malva común (es), malva major (cat), malva silvestre (cat), malva selvatica (it), khubaji (hi), malva (it) ;

- Rusticité (résistance face au froid/gel) : -20°C ;



- Note comestibilité : ***

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

Feuille (tendres) et fleur¹ (dont bourgeons), fruit (jeunes (tendres et verts))¹ et racine¹ comestibles.(1*)

Détails :

Partie(s) comestible(s)^{{{0(5(+),+x)}}} : feuilles, graines, fleurs^{{{0(5(+),+x)}}}, gousses, fruit^{{{0(+x)}}}.

Utilisation(s)/usage(s) comestible(s)^{{{0(5(+),+x)}}} :

- feuilles^{0(5(+),+x)} consommées^{0(+x)} crues ou cuites^{{{0(5(+),+x)}}} (comme potherbe^{{{(dp*)}}}) ; mucilagineuse avec une saveur douce et plaisante, elles sont agréables dans les soupes^{{{0(5(K),+x),5(K)}}} où elles agissent comme un épaississant^{{{(5(K))}}} (cela donne au soupe une texture onctueuse^{{{0(+x)}}}) ; les jeunes feuilles font aussi un substitut très acceptable pour la laitue en salade^{{{(5(K))}}} ; feuilles utilisées comme substitut de thé^{{{0(5(+),+x),{{27(+x)}}}, en Australie^{{{27(+x)}}} ;

-graines^{0(5(+),+x),27(+x)} immatures - crues^{{{0(5(+),+x)}}} ; consommées localement^{{{27(+x)}}} ; utilisées comme collation, les graines ont une saveur agréable de noisette^{{{(5(+))}}}, mais elles sont trop fastidieuses/délicates à récolter pour la plupart des gens qui

veulent en obtenir en quantité^{{{{5(K)}}} ;

-fleurs - crues^{{{{0(5(+),+x)}}} ; ajoutées aux salades ou^{{{{5(+)}}} utilisées comme garniture^{{{{0(5(+),+x)}}} ; un goût agréable, avec une texture semblable aux feuilles, elles font une garniture agréable et jolie dans le saladier^{{{{5(K)}}} ; elles sont également utilisées pour le thé^{{{{0(+x)}}}.

La plante a également été utilisée comme agent de coagulation / caillage (caille-lait) pour la préparation de fromage^{{{{--241μ(dp*)}}}.(1*)

Les feuilles sont consommées cuites ou crues. Ils sont ajoutés aux soupes. Cela donne aux soupes une texture lisse. Les graines immatures peuvent être consommées crues. Les fleurs peuvent être consommées crues. Ils sont utilisés comme garniture. Ils sont également utilisés pour le thé. Les feuilles sont utilisées comme substitut du thé. Les feuilles sont utilisées pour le sarma en Turquie. Ils sont enroulés autour d'une garniture de riz ou de viande hachée

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)
91.6	117	28	2.6	0	0	3.7	0



(1*)ATTENTION : lorsqu'elles sont cultivées sur des sols riches en azote (et en particulier lorsque ceux-ci sont cultivés inorganiquement), la plante a tendance à concentrer des niveaux élevés de nitrates dans ses feuilles ; les feuilles sont parfaitement saines à tout autre moment.(1*)ATTENTION : lorsqu'elles sont cultivées sur des sols riches en azote (et en particulier lorsque ceux-ci sont cultivés inorganiquement), la plante a tendance à concentrer des niveaux élevés de nitrates dans ses feuilles^{{{{5(+)}}} ; les feuilles sont parfaitement saines à tout autre moment^{{{{5}}}.

• Note médicinale : ***

• Illustration(s) (photographie(s) et/ou dessin(s)):



De gauche à droite :

Par Köhler F.E. (Medizinal Pflanzen, vol. 1: t. 59 ; 1887), via plantillustrations.org

Par Klein L. (Unsere Unkräuter, Zweite Auflage, t. 50 ; 1926) [M. Spuler], via plantillustrations.org

Par Krause E.H.L., Sturm J., Lutz K.G. (Flora von Deutschland in Abbildungen nach der Natur, Zweite auflage, vol. 6: t. 63 ; 1902), via plantillustrations.org

Par Curtis W. (Flora Londinensis, vol. 2: t. 51 ; 1777-1778), via plantillustrations.org

• Autres infos :

dont infos de "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

◦ Statut :

Les fruits sont surtout consommés par les enfants^{{{{0(+x)}}} (traduction automatique).

Original : The fruit are eaten especially by children^{{{{0(+x)}}}.

◦ Distribution :

C'est une plante tempérée. Il ne pousse pas bien sur les sols acides. Il peut pousser dans les sols pauvres mais

fait mieux dans les sols fertiles. Il préfère les sols bien drainés en position ensoleillée. Les plantes peuvent supporter des températures glaciales. Il peut pousser dans des endroits arides. En Argentine, il passe du niveau de la mer à 3000 m au-dessus du niveau de la mer. Il convient aux zones de rusticité 3-9. Herbar de Tasmanie^{{{0(+x)}}}
(traduction automatique)

Original : It is a temperate plant. It does not grow well on acid soils. It can grow in poor soils but does better in fertile soils. It prefers well drained soils in a sunny position. Plants can stand freezing temperatures. It can grow in arid places. In Argentina it grows from sea level to 3,000 m above sea level. It suits hardiness zones 3-9. Tasmania Herbarium^{{{0(+x)}}}.

◦ Localisation :

Afghanistan, Afrique, Albanie, Algérie, Argentine, Arménie, Asie, Australie, Autriche, Azerbaïdjan, Açores, Balkans, Biélorussie, Belgique, Bhoutan, Bolivie, Bosnie, Brésil, Grande-Bretagne, Bulgarie, Canada, Caucase, Amérique centrale, Asie centrale, Chili, Chine, Crète, Croatie, Chypre, République tchèque, Danemark, République dominicaine, Afrique de l'Est, Égypte, Estonie, Europe, Finlande, France, Géorgie, Allemagne, Grèce, Himalaya, Hongrie, Inde, Indonésie, Iran, Irak, Irlande, Israël, Italie, Japon, Jordanie, Kazakhstan, Kirghizistan, Lettonie, Liban, Libye, Lituanie, Luxembourg, Macédoine, Méditerranée, Mexique, Moldavie, Mongolie, Maroc, Myanmar, Népal, Pays-Bas, Nouvelle-Zélande, Afrique du Nord, Amérique du Nord, Norvège, Inde du Nord-Ouest, Pakistan, Palestine, Pologne, Portugal - Açores, Madère, Réunion, Roumanie, Russie, Scandinavie, Asie du Sud-Est, Serbie, Sinaï, Slovaquie, Slovaquie, Amérique du Sud, Espagne, Suède, Suisse, Syrie, Tadjikistan, Tasmanie, Tunisie, Turquie, Turkménistan, Ukraine, Uruguay, USA, Ouzbékistan, Antilles, Yougoslavie, Zimbabwe^{{{0(+x)}}} (traduction automatique)

Original : Afghanistan, Africa, Albania, Algeria, Argentina, Armenia, Asia, Australia, Austria, Azerbaijan, Azores, Balkans, Belarus, Belgium, Bhutan, Bolivia, Bosnia, Brazil, Britain, Bulgaria, Canada, Caucasus, Central America, Central Asia, Chile, China, Crete, Croatia, Cyprus, Czech Republic, Denmark, Dominican Republic, East Africa, Egypt, Estonia, Europe, Finland, France, Georgia, Germany, Greece, Himalayas, Hungary, India, Indonesia, Iran, Iraq, Ireland, Israel, Italy, Japan, Jordan, Kazakhstan, Kyrgyzstan, Latvia, Lebanon, Libya, Lithuania, Luxembourg, Macedonia, Mediterranean, Mexico, Moldova, Mongolia, Morocco, Myanmar, Nepal, Netherlands, New Zealand, North Africa, North America, Norway, NW India, Pakistan, Palestine, Poland, Portugal - Azores, Madeira Islands, Reunion, Romania, Russia, Scandinavia, SE Asia, Serbia, Sinai, Slovenia, Slovakia, South America, Spain, Sweden, Switzerland, Syria, Tajikistan, Tasmania, Tunisia, Turkey, Turkmenistan, Ukraine, Uruguay, USA, Uzbekistan, West Indies, Yugoslavia, Zimbabwe^{{{0(+x)}}}.

◦ Notes :

Il existe environ 30 espèces de Malva^{{{0(+x)}}} (traduction automatique).

Original : There are about 30 Malva species^{{{0(+x)}}}.

- Nombre de graines au gramme : 150 ;

- Liens, sources et/ou références :

- Tela Botanica : <https://www.tela-botanica.org/bdtfx-nn-40893> ;
- PASSEPORTSANTÉ.NET : https://www.passeportsante.net/fr/Solutions/PlantesSupplements/Fiche.aspx?doc=mauve_psn ;
- Les Jardins de Pomone : <https://lesjardinsdepomone.skynetblogs.be/plantes-sauvages-comestibles/> ;
- Jardin! L'Encyclopédie : https://nature.jardin.free.fr/vivace/cb_Malva-sylvestris.htm ;
- Wikipedia :
 - [https://fr.wikipedia.org/wiki/Grande_mauve_\(en_français\)](https://fr.wikipedia.org/wiki/Grande_mauve_(en_français)) ;
 - [https://de.wikipedia.org/wiki/Wilde_Malve_\(source_en_allemand\)](https://de.wikipedia.org/wiki/Wilde_Malve_(source_en_allemand)) ;
 - [https://en.wikipedia.org/wiki/Malva_sylvestris_\(source_en_anglais\)](https://en.wikipedia.org/wiki/Malva_sylvestris_(source_en_anglais)) ;
- ⁵"Plants For a Future" (en anglais) : https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Malva_sylvestris ;

dont classification :

- "The Plant List" (en anglais) : www.theplantlist.org/tpl1.1/record/kew-2504118 ;
- "GRIN" (en anglais) : <https://npgsweb.ars-grin.gov/gringlobal/taxon/taxonomydetail?id=23307> ;

dont livres et bases de données : ⁰"Food Plants International" (en anglais), 1Plantes sauvages comestibles (livre pages 125 et 126, par S.G. Fleischhauer, J. Guthmann et R. Spiegelberger), 241"Cheesemaking Practice" (livre en anglais, pages 157 et 158, par Reg Scott, R. Richard Kennet), 27Dictionnaire des plantes comestibles (livre, page 186, par Louis Bubenicek) ;

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

Ali-Shtayeh, M. S., et al, 2008, Traditional knowledge of wild edible plants used in Palestine (Northern West Bank): A comparative study. *J Ethnobiol Ethnomed.* 4: 13 ; Al-Qura'n, S. A., 2010, *Ethnobotanical and Ecological Studies of Wild Edible Plants in Jordan*. Libyan Agriculture Research Center Journal International 1(4):231-243 ; Ambasta, S.P. (Ed.), 2000, *The Useful Plants of India*. CSIR India. p 352 ; Bailey, C. and Danin, A., 1981, *Bedouin Plant Utilization in Sinai and the Negev*. *Economic Botany* 35(2): 145-162 ; Blamey, M and Grey-Wilson, C., 2005, *Wild flowers of the Mediterranean*. A & C Black London. p 132 ; Bodkin, F., 1991, *Encyclopedia Botanica*. Cornstalk publishing, p 671 ; Bremness, L., 1994, *Herbs*. Collins Eyewitness Handbooks. Harper Collins. p 186 ; Brickell, C. (Ed.), 1999, *The Royal Horticultural Society A-Z Encyclopedia of Garden Plants*. Convent Garden Books. p 654 ; Cundall, P., (ed.), 2004, *Gardening Australia: flora: the gardener's bible*. ABC Books. p 868 ; Curtis, W.M., 1956, *The Students Flora of Tasmania Vol 1* p 81 ; Dogan, Y. et al, 2013, *Wild Edible Plants sold in the Local Markets of Izmir, Turkey*. *Pak. J. Bot.* 45(S1): 177-184 ; Ertug, F., 2000, *An Ethnobotanical Study in Central Anatolia (Turkey)*. *Economic Botany Vol. 54. No. 2.* pp. 155-182 ; Ertug, F., 2004, *Wild Edible Plants of the Bodrum Area*. (Mugla, Turkey). *Turk. J. Bot.* 28 (2004): 161-174 ; Esperanca, M. J., 1988. *Surviving in the wild. A glance at the wild plants and their uses*. Vol. 1. p 268 ; Facciola, S., 1998, *Cornucopia 2: a Source Book of Edible Plants*. Kampong Publications, p 148 ; *Flora of Pakistan*. www.eFloras.org ; *Food Composition Tables for use in East Asia* FAO <https://www.fao.org/infoods/directory> No. 595 ; Gonzalez, J. A., et al, 2011, *The consumption of wild and semi-domesticated edible plants in the Arribes del Duero (Salamanca-Zamora, Spain): an analysis of traditional knowledge*. *Genetic Resources and Crop Evolution* 58:991-1006 ; Harris, S., Buchanan, A., Connolly, A., 2001, *One Hundred Islands: The Flora of the Outer Furneaux*. Tas Govt. p 186 ; Hedrick, U.P., 1919, (Ed.), *Sturtevant's edible plants of the world*. p 399 ; Heywood, V.H., Brummitt, R.K., Culham, A., and Seberg, O. 2007, *Flowering Plant Families of the World*. Royal Botanical Gardens, Kew. p 201 ; Hibbert, M., 2002, *The Aussie Plant Finder 2002*, *Florilegium*. p 192 ; Hinnawi, N. S. A., 2010, *An ethnobotanical study of wild edible plants in the Northern West Bank "Palestine"*. An-Najah National University. p 95 ; Hyde-Wyatt, B.H. & Morris D.I., 1975, *Tasmanian Weed Handbook*. Dept of Ag Tasmania. p 93 ; INFOODSUpdatedFGU-list.xls ; Kargioglu, M. et al, 2010, *Traditional Uses of Wild Plants in the Middle Aegean Region*. *Human Ecology* 38:429-450 ; Lamp, C & Collet F., 1989, *Field Guide to Weeds in Australia*. Inkata Press. p 165 ; Lazarides, M. & Hince, B., 1993, *Handbook of Economic Plants of Australia*, CSIRO. p 158 ; Lentini, F. and Venza, F., 2007, *Wild food plants of popular use in Sicily*. *J Ethnobiol Ethnomedicine*. 3: 15 ; Low, T., 1991, *Wild Herbs of Australia and New Zealand*. Angus & Robertson. p 86 ; ?ukasz ?uczaj and Wojciech M Szyma?ski, 2007, *Wild vascular plants gathered for consumption in the Polish countryside: a review*. *J Ethnobiol Ethnomedicine*. 3: 17 ; Mabey, R., 1973, *Food for Free. A Guide to the edible wild plants of Britain*, Collins. p 94 ; MacKinnon, A., et al, 2009, *Edible & Medicinal Plants of Canada*. Lone Pine. p 304 ; Menendez-Baceta, G., et al, 2012, *Wild edible plants traditionally gathered in Gorbeialdea (Biscay, Basque Country)* *Genetic Resources and Crop Evolution* 59:1329-1347 ; Michael, P., 2007, *Edible Wild Plants and Herbs*. Grub Street. London. p 144 ; Morley, B. & Everard, B., 1970, *Wild Flowers of the World*. Ebury press. Plate 18 ; Ozbucak, T. B., et al, 2007, *Nutrition Content of Some Wild Edible Plants in the Central Black Sea Region of Turkey*. *International Journal of Natural and Engineering Sciences* 1:11-13 ; Pieroni, A., 1999, *Gathered wild food plants in the Upper Valley of the Serchio River (Garfagnana), Central Italy*. *Economic Botany* 53(3) pp 327-341 ; *Plants For A Future database*, The Field, Penpol, Lostwithiel, Cornwall, PL22 0NG, UK. <https://www.scs.leeds.ac.uk/pfaf/> ; Rashid, A., Anand, V.K. & Serwar, J., 2008, *Less Known Wild Plants Used by the Gujjar Tribe of District Rajouri, Jammu and Kashmir State*. *International Journal of Botany* 4(2):219-244 ; 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 ; Rigat, M et al, 2009, *Ethnobotany of Food Plants in the High River Ter Valley (Pyrenees, catalonia, Iberian Peninsula): Non-Crop Food Vascular Plants and Crop Food Plants with medicinal Properties*. *Ecology of Food and Nutrition*, 48:303-327 ; *Royal Botanic Gardens, Kew (1999). Survey of Economic Plants for Arid and Semi-Arid Lands (SEPASAL) database*. Published on the Internet; <https://www.rbgekew.org.uk/ceb/sepasal/internet> [Accessed 3rd May 2011] ; Singh, H.B., Arora R.K., 1978, *Wild edible Plants of India*. Indian Council of Agricultural Research, New Delhi. p 28 ; Sp. pl. 2:689. 1753 ; Stern, G., 1986, *Australian Weeds. A Source of Food and Medicine*. Harper & Row. p 120 ; Tanji, A and Nassif, F., 1995, *Edible Weeds in Morocco*. *Weed Technology*. Vol. 9, No. 3, pp. 617-620 ; *Tasmanian Herbarium Vascular Plants list* p 38 ; Terra, G.J.A., 1973, *Tropical Vegetables*. Communication 54e Royal Tropical Institute, Amsterdam, p 57 ; USDA, ARS, National Genetic Resources Program. Germplasm Resources Information Network - (GRIN). [Online Database] National Germplasm Resources Laboratory, Beltsville, Maryland. Available: www.ars-grin.gov/cgi-bin/npgs/html/econ.pl (10 April 2000) ; Valder, P., 1999, *The Garden Plants of China*. *Florilegium*. p 373 ; *Wild Edible Plants in Lebanon*. Promoting dietary diversity in poor communities in Lebanon. <https://www.wildedibleplants.org/> ; www.deserttropicals.com