

Pastinaca sativa L., 1753 (Panaïs)

Identifiants : 23301/passat

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

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 19/04/2024

- Classification phylogénétique :

- Clade : Angiospermes ;
- Clade : Dicotylédones vraies ;
- Clade : Astéridées ;
- Clade : Campanulidées ;
- Ordre : Apiales ;
- Famille : Apiaceae ;

- Classification/taxinomie traditionnelle :

- Règne : Plantae ;
- Division : Magnoliophyta ;
- Classe : Magnoliopsida ;
- Ordre : Apiales ;
- Famille : Apiaceae ;
- Genre : Pastinaca ;

- Synonymes : Peucedanum sativum Benth. & Hook.f ;

- Synonymes français : pastenade, racine-blanche (racine blanche), grand chervis, grand chervis cultivé, panais sauvage, panais cultivé, panais commun, patenais, pastenade blanche, jument grise, pâtenade, pastenaille ;

- Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : parsnip [subsp. sativa], wild parsnip, wild parsnip [subsp. sylvestris] , ou fang feng (cn transcrit), Pastinak (de), Pastinak [subsp. sativa] (de), pastinaca (it), pastinaga [subsp. sativa] (pt), chirivía [subsp. sativa] (es), pastinaca [subsp. sativa] (es), palsternacka (sv) ;



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

Graines (aromatisantes [condiment³¹ : crues^{1μ/cuitesμ1}, boissons¹], feuille (jeunes et/ou tendres/molles (dont pointes et tiges) : crues^{1,31} ou cuites^{1,31}), racine (crues^{1,31μ/cuitesμ1,31} et/ou aromatisantes³¹) et fleur¹ (dont boutons ; aromatisantes¹ et/ou décoratives¹) comestibles.(1*)

Détails :

Racine brute/crue^{{{0(+x)}}} ; feuilles crues ou cuites (ex. : comme potherbe^{{{{(dp*)(1)}}}).

La racine est cuite et mangée. Il peut être bouilli, cuit au four, frit ou utilisé dans les ragoûts. La racine de panais sauvage est normalement lavée, pelée, cuite dans de l'eau salée puis filtrée et ajoutée aux soupes. Les racines sont également transformées en marmelade, sirop, bière et vin. Les jeunes pousses et feuilles sont ajoutées aux soupes ou cuites et consommées comme légume. Les graines peuvent être utilisées comme épice

Partie testée : racine - crue^{{{0(+x)}}} (traduction automatique)

Original : Root - raw^{{{0(+x)}}}

Taux d'humidité	Énergie (kj)	Énergie (kcal)	Protéines (g)	Pro-vitamines A (μg)	Vitamines C (mg)	Fer (mg)	Zinc (mg)
82.5	210	50	1.7	0	15	0.6	0.1



(1*)Le panais sauvage contient des furocoumarines (ou furanocoumarines) : agents toxiques photosensibles.

Toutes les parties de la plante peuvent sensibiliser la peau au soleil ;
de plus, un contact prolongé avec la plante (feuilles et tiges) ou le fait de peler les racines, suivi d'une exposition au soleil, peuvent provoquer des dermatites (photodermatites) (aiguës ? (qp*)) chez certaines personnes ;
en outre, ces toxines sont mutagènes (même en l'absence de lumière) et peuvent provoquer le mélanisme de la peau humaine.⁴⁶

Cependant ces deux derniers points doivent concerner majoritairement les personnes sensibles de la peau et/ou manipulant régulièrement et/ou intensivement cette plante (ex : maraîchers). (1*)Le panais sauvage contient des furocoumarines (ou furanocoumarines) : agents toxiques photosensibles.

Toutes les parties de la plante peuvent sensibiliser la peau au soleil ;
de plus, un contact prolongé avec la plante (feuilles et tiges) ou le fait de peler les racines, suivi d'une exposition au soleil, peuvent provoquer des dermatites (photodermatites) (aiguës ? (qp*)) chez certaines personnes ;
en outre, ces toxines sont mutagènes (même en l'absence de lumière) et peuvent provoquer le mélanisme de la peau humaine.⁴⁶

Cependant ces deux derniers points doivent concerner majoritairement les personnes sensibles de la peau et/ou manipulant régulièrement et/ou intensivement cette plante (ex : maraîchers).^(dp*)

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



Par Kerner, J.S., *Abbildungen aller ökonomischen Pflanzen (1786-1798)* Abbild. Oekon. Pfl. vol. 6 (1793), via plantillustrations

- Autres infos :

dont infos de "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

- Statut :

C'est un légume cultivé commercialement. En Papouasie-Nouvelle-Guinée, il n'est pas largement cultivé et peu apprécié par beaucoup de gens. C'est un légume d'importance mineure sous les tropiques^{{{0(+x)}}} (traduction automatique).

Original : It is a commercially cultivated vegetable. In Papua New Guinea, it is not widely grown and not liked by many people. It is a vegetable of minor importance in the tropics^{{{0(+x)}}}.

- Distribution :

C'est une plante tempérée. Il pousse dans les hautes terres sous les tropiques de 1700 à 2600 m d'altitude. Il résiste au gel. En Argentine, il pousse entre 500 et 1 500 m d'altitude. En Papouasie-Nouvelle-Guinée, il pousse entre 1 160 et 2 790 m au-dessus du niveau de la mer. Il convient aux zones de rusticité 4-8^{{{0(+x)}}} (traduction automatique).

Original : It is a temperate plant. It grows in the highlands in the tropics from 1700-2600 m altitude. It is frost resistant. In Argentina it grows between 500-1,500 m above sea level. In Papua New Guinea it grows between 1,160-2,790 m above sea level. It suits hardiness zones 4-8^{{{0(+x)}}}.

- Localisation :

Afrique, Albanie, Algérie, Argentine, Asie, Australie, Autriche, Balkans, Belgique, Bosnie, Grande-Bretagne, Bulgarie, Caucase, Chili, Chine, Cuba, République tchèque, République dominicaine, Afrique de l'Est, Eswatini, Europe *, France, Allemagne, Grèce, Haïti, Hawaï, Hongrie, Inde, Indochine, Irlande, Italie, Jamaïque, Laos, Macédoine, Malaisie, Maroc, Myanmar, Pays-Bas, Nouvelle-Zélande, Afrique du Nord, Amérique du Nord, Pacifique, Papouasie-Nouvelle-Guinée, PNG, Pérou, Philippines, Pologne, Roumanie, Russie, Asie du Sud-Est, Serbie, Slovaquie, Afrique du Sud, Afrique australe, Amérique du Sud, Espagne, Swaziland, Suisse, Tasmanie,

Turquie, Ukraine, Uruguay, USA, Antilles, Yougoslavie, Zimbabwe^{{{0(+x)}}} (traduction automatique).

Original : Africa, Albania, Algeria, Argentina, Asia, Australia, Austria, Balkans, Belgium, Bosnia, Britain, Bulgaria, Caucasus, Chile, China, Cuba, Czech Republic, Dominican Republic, East Africa, Eswatini, Europe*, France, Germany, Greece, Haiti, Hawaii, Hungary, India, Indochina, Ireland, Italy, Jamaica, Laos, Macedonia, Malaysia, Morocco, Myanmar, Netherlands, New Zealand, North Africa, North America, Pacific, Papua New Guinea, PNG, Peru, Philippines, Poland, Romania, Russia, SE Asia, Serbia, Slovenia, South Africa, Southern Africa, South America, Spain, Swaziland, Switzerland, Tasmania, Turkey, Ukraine, Uruguay, USA, West Indies, Yugoslavia, Zimbabwe^{{{0(+x)}}}.

◦ Notes :

Il existe 14 espèces de *Pastinaca*. Les panais contiennent des psoralènes qui ont été associés à certains cancers^{{{0(+x)}}} (traduction automatique).

Original : There are 14 *Pastinaca* species. Parsnips contain psoralens which has been linked with some cancers^{{{0(+x)}}}.

• Liens, sources et/ou références :

- ⁴⁶CBIF ("Canadian Biodiversity Information Facility" ou "Système canadien d'information sur la biodiversité", en français) : informations sur l'intoxication : https://www.cbif.gc.ca/pls/pp/ppack.info?p_psn=196&p_type=all&p_sci=comm&p_x=pp&p_lang=fr ;

dont classification :

- "The Plant List" (en anglais) : www.theplantlist.org/tpl1.1/record/tro-1700175 ;
- "GRIN" (en anglais) : <https://npgsweb.ars-grin.gov/gringlobal/taxon/taxonomydetail?id=27018> ;

dont livres et bases de données : ¹Plantes sauvages comestibles (livre pages 164 et 165, par S.G. Fleischhauer, J. Guthmann et R. Spiegelberger) ;

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

Beckstrom-Sternberg, Stephen M., and James A. Duke. "The Foodplant Database." <http://probe.nalusda.gov:8300/cgi-bin/browse/foodplantdb>. (ACEDB version 4.0 - data version July 1994) ; Bodkin, F., 1991, Encyclopedia Botanica. Cornstalk publishing, p 765 ; Bourke, R. M., Altitudinal limits of 230 economic crop species in Papua New Guinea. Terra australis 32 ; 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 1706 ; Cerne, M., 1992, Wild Plants from Slovenia used as Vegetables. Acta Horticulturae 318 ; Cheifetz, A., (ed), 1999, 500 popular vegetables, herbs, fruits and nuts for Australian Gardeners. Random House p 85 ; Cundall, P., (ed.), 2004, Gardening Australia: flora: the gardener's bible. ABC Books. p 992 ; Curtis, W.M., 1963, The Students Flora of Tasmania Vol 2 p 261 ; Denes, A., et al, 2012, Wild plants used for food by Hungarian ethnic groups living in the Carpathian Basin. Acta Societatis Botanicorum Poloniae 81 (4): 381-396 ; Dogan, A., et al, 2014, A review of edible plants on the Turkish Apiaceae species. J. Fac. Pharm. Istanbul, 44(2) pp 251-262 ; Ertug, F, Yenen Bitkiler. Resimli TAArkiye FlorasÄ± -I- Flora of Turkey - Ethnobotany supplement ; Esperanca, M. J., 1988. Surviving in the wild. A glance at the wild plants and their uses. Vol. 2. p 135 (As Peucedanum sativum) ; Facciola, S., 1998, Cornucopia 2: a Source Book of Edible Plants. Kampong Publications, p 21 ; French, B.R., 1986, Food Plants of Papua New Guinea, A Compendium. Asia Pacific Science Foundation p 147 ; Grubben, G. J. H. and Denton, O. A. (eds), 2004, Plant Resources of Tropical Africa 2. Vegetables. PROTA, Wageningen, Netherlands. p 409 ; Hadfield, J., 2001, The A-Z of Vegetable Gardening in South Africa. Struik p 114 ; Hedrick, U.P., 1919, (Ed.), Sturtevant's edible plants of the world. p 474 (As Peucedanum sativum) ; <http://www.botanic-gardens-ljubljana.com/en/plants> ; 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 84 ; Hu, Shiu-ying, 2005, Food Plants of China. The Chinese University Press. p 601 ; Irving, M., 2009, The Forager Handbook, A Guide to the Edible Plants of Britain. Ebury Press p 128 ; Jardin, C., 1970, List of Foods Used In Africa, FAO Nutrition Information Document Series No 2.p 93 ; Kays, S. J., and Dias, J. C. S., 1995, Common Names of Commercially Cultivated Vegetables of the World in 15 languages. Economic Botany, Vol. 49, No. 2, pp. 115-152 ; Kiple, K.F. & Ornelas, K.C., (eds), 2000, The Cambridge World History of Food. CUP p 433 ; Lazarides, M. & Hince, B., 1993, Handbook of Economic Plants of Australia, CSIRO. p 184 ; Lim, T. K., 2015, Edible Medicinal and Non Medicinal Plants. Volume 9, Modified Stems, Roots, Bulbs. Springer p 63 ; Long, C., 2005, Swaziland's Flora - siSwati names and Uses <http://www.sntc.org.sz/flora/> ; Åukasz Åuczaj and Wojciech M SzymaÅski, 2007, Wild vascular plants gathered for consumption in the Polish countryside: a review. J Ethnobiol Ethnomedicine. 3: 17 ; Macmillan, H.F. (Revised Barlow, H.S., et al), 1991, Tropical Planting and Gardening. Sixth edition. Malayan Nature Society. Kuala Lumpur. p 367 ; Mabey, R., 1973, Food for Free. A Guide to the edible wild plants of Britain, Collins. p 62 ; Miguel, E., et al, 1989, A checklist of the cultivated plants of Cuba. Kulturpflanze 37. 1989, 211-357 ; Paczkowska, G. & Chapman, A.R., 2000, The Western Australian Flora. A Descriptive Catalogue. Western Australian Herbarium. p 147 ; Pieroni, A. & Soukand, R., 2018, Forest as Stronghold of Local Ecological Practice: Currently Used Wild Food Plants in Polesia, Northern Ukraine. Economic Botany, XX(X) pp. 1-21 ; Plants for a Future database, The Field, Penpol,

Lostwithiel, Cornwall, PL22 0NG, UK. <http://www.scs.leeds.ac.uk/pfaf/> ; Plants of Haiti Smithsonian Institute <http://botany.si.edu> ; 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 ; Redzic, S., 2010, *Use of Wild and Semi-Wild Edible Plants in Nutrition and Survival of People in 1430 Days of Siege of Sarajevo during the War in Bosnia and Herzegovina (1992–1995)*. *Coll. Antropol* 34 (2010) 2:551-570 ; Schneider, E., 2001, *Vegetables from Amaranth to Zucchini: The essential reference*. HarperCollins. p 473 ; Skinner, G. & Brown, 1981, C., *Simply Living. A gatherer's guide to New Zealand's fields, forests and shores*. Reed. p 28 ; Simkova, K. et al, 2014, *Ethnobotanical review of wild edible plants used in the Czech Republic*. *Journal of Applied Botany and Food Quality* 88, 49-67 ; Smith, P.M., 1979, Parsnip, in Simmonds, N.W., (ed), *Crop Plant Evolution*. Longmans. London. p 322 ; Sp. pl. 1:262. 1753 ; Staples, G.W. and Herbst, D.R., 2005, *A tropical Garden Flora*. Bishop Museum Press, Honolulu, Hawaii. p 116 ; Swaziland's Flora Database <http://www.sntc.org.sz/flora> ; Tasmanian Herbarium Vascular Plants list p 3 ; Terra, G.J.A., 1973, *Tropical Vegetables*. Communication 54e Royal Tropical Institute, Amsterdam, p 65 ; 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)