Plantago coronopus L., 1753
(Plantain corne-de-cerf)

Identifiants : 24719/placor

Association du Potager de mes/nos Rêves (https://lepotager-demesreves.fr)
Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze
Dernière modification le 26/04/2024

- ***Classification phylogénétique :***
    - ***Clade : Angiospermes ;***
    - ***Clade : Dicotylédones vraies ;***
    - ***Clade : Astéridées ;***
    - ***Clade : Lamiidées ;***
    - ***Ordre : Lamiales ;***
    - ***Famille : Plantaginaceae ;***
- ***Classification/taxinomie traditionnelle :***
    - ***Règne : Plantae ;***
    - ***Division : Magnoliophyta ;***
    - ***Classe : Magnoliopsida ;***
    - ***Ordre : Plantaginales ;***
    - ***Famille : Plantaginaceae ;***
    - ***Genre : Plantago ;***
- ***Synonymes français : plantain corne de cerf, plantain coronopus, pied de corbeau, plantain corne de boeuf, pied de corneille (pied-de-corneille), herbe étoilée, courtine, plantain maraîcher, plantain comestible, corne de cerf, corne de boeuf, herbe au fi, dent de chien ;***
- ***Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : buck's-horn plantain, erba stella, coronopo, corne di cervo, minutina. , wedaina (ar), koronopus (ru translittéré), strandkämpar (sv) ;***
- ***Rusticité (résistance face au froid/gel) : -15/-20°C ;***

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

  -Les jeunes feuilles peuvent être consommées en salades ou comme légume (potherbe) ; -Les jeunes inflorescences se mangent crues en salade ou blanchies ; -Leur saveur rappelle celle du champignon.

  Détails :

  feuilles crues ou cuites (ex. : comme potherbe[{{{{(dp*)(1)]).

  Feuille (jeunes et/ou tendres de préférence [(dp*)], graines (aromatisantes (blé tendre)[1] ; dont extrait (huile)[1]) et racine (cuites[1]) comestibles.

  Plantain que l'on a même cultivé dans nos potagers à partir du 16ème siècle (var. sativa), en particulier aux Pays-Bas et en Italie. On le nomme parfois "barbe de Capucin" (à ne pas confondre avec la chicorée - Cichorium intybus - du même nom). Ses feuilles découpées sont assez charnues et croquantes. En Catalogne on les met parfois dans le "ratafia", une liqueur de noix vertes qu'aromatisent diversent plantes[{{{8].

Les très jeunes pousses sont utilisées dans les salades mélangées. Ils sont blanchis pendant quelques secondes dans de l'eau bouillante. Ils sont également utilisés dans les ragoûts

⚠️

néant, inconnus ou indéterminés.néant, inconnus ou indéterminés.

- *Note médicinale : **

- *Usages médicinaux : En infusion, on l'emploie comme diurétique (elle soigne notamment la dysenterie et les entérites diarrhéïformes), mais elle est également utilisée en décoction (contre les laryngites, pharyngites et trachéites), sous forme d'emplâtres ou de crème, comme antibactérienne (contre les ulcères, pustules, piqûres d'insectes ou encore l'acné), et peut aussi servir de collutoire pour les gargarismes, ou en solution contre la conjonctivite, tout cela grâce au tanin et à la pectine de leurs différents organes et au mucilage des graines.*

  Déjà connu des médecins de l'Antiquité, le plantain fut utilisé comme astringent dans les métrorragies ou pour simuler la virginité chez les jeunes filles qui l'avaient perdue.

  Au début du XXe siècle, l'abbé Johann Künzle (de), herboriste populaire suisse, écrit que « le plantain est utilisé, quelle que soit l'espèce, avec la racine, la plante avec les feuilles, la fleur et les graines. Il purifie comme aucune autre plante ne peut le faire le sang, les poumons et l'estomac et est indiqué pour cette raison aux personnes anémiques ou dont le sang est de mauvaise qualité, dont les poumons et les reins sont faibles, qui sont de pâleur maladive, qui ont des exanthèmes, des dartres ou qui toussotent, qui sont enroués, et restent maigres comme des clous même si on les gave comme des oies »[{{{wiki] ;

- *Usages médicinaux : Les plantains sont communs dans les prairies permanentes où ils résistent bien au piétinement et au surpâturage[{{{wiki] ;*

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

De gauche à droite :

Par Sturm, J., Krause, E.H.L., Lutz, K.G., Flora von Deutschland in Abbildungen nach der Natur, Zweite auflage (1900-1907) Deutschl. Fl., ed. 2 vol. 11 (1903) t. 64, via plantillustrations
Par Sturm, J., Sturm, J.W., Deutschlands flora (1798-1855) Deutschl. Fl. vol. 19 (1841), via plantillustrations
Par Bad Bertrich, via wikimedia
Par Bad Bertrich, via wikimedia

- *Autres infos :*

  dont infos de "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

  - *Statut :*

    C'est un légume cultivé commercialement[{{{0(+x) (traduction automatique)].

    Original : It is a commercially cultivated vegetable[{{{0(+x)].

  - *Distribution :*

    Une plante tempérée. Une plante balnéaire commune. Il pousse dans les marais salants. Il pousse parmi les rochers au-dessus de la ligne des hautes eaux sur les rives. Il pousse également sur les sols salés de l'intérieur. Il convient aux zones de rusticité 6-10. Herbier de Tasmanie[{{{0(+x) (traduction automatique)].

    Original : A temperate plant. A common seaside plant. It grows in salt marshes. It grows amongst rocks above the high water mark on shorelines. It also grows on inland salty soils. It suits hardiness zones 6-10. Tasmania Herbarium[{{{0(+x)].

  - *Localisation :*

Afrique, Albanie, Australie, Bahreïn, Balkans, Bosnie, Grande-Bretagne, Croatie, Europe, Malouines, France, Grèce, Italie, Luxembourg, Méditerranée, Nouvelle-Zélande, Afrique du Nord, Amérique du Nord, Pakistan, Scandinavie, Slovénie, Espagne, Tasmanie, Turquie [{{{0(+x) (traduction automatique)].

Original : Africa, Albania, Australia, Bahrain, Balkans, Bosnia, Britain, Croatia, Europe, Falklands, France, Greece, Italy, Luxembourg, Mediterranean, New Zealand, North Africa, North America, Pakistan, Scandinavia, Slovenia, Spain, Tasmania, Turkey[{{{0(+x)].

- *Notes :*

  Les plaignants ou Plantaginaceae se trouvent principalement dans les régions tempérées. Il existe environ 165 espèces de Plantago[{{{0(+x) (traduction automatique)].

  Original : The plaintains or Plantaginaceae are mostly in temperate regions. There are about 165 Plantago species[{{{0(+x)].

- *Arôme et/ou texture : champignon, aromatique (surtout les boutons), noisette (huile)1 ;*

- *Liens, sources et/ou références :*

  - *Wikipedia :*
    - https://fr.wikipedia.org/wiki/Plantain_corne-de-cerf (en français) *;*

  - *[5]"Plants For a Future" (en anglais) :* https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Plantago_coronopus *;*

    dont classification :

  - *"The Plant List" (en anglais) :* www.theplantlist.org/tpl1.1/record/kew-2571444 *;*

    dont livres et bases de données : [1]Plantes sauvages comestibles (livre pages 10, 12, 109 et 110, par S.G. Fleischhauer, J. Guthmann et R. Spiegelberger) ;

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

    Biscotti, N. et al, 2018, The traditional food use of wild vegetables in Apulia (Italy) in the light of Italian ethnobotanical literature. Italian Botanist 5:1-24 ; Bianchini, F., Corbetta, F., and Pistoia, M., 1975, Fruits of the Earth. Cassell. p 54 ; Blamey, M and Grey-Wilson, C., 2005, Wild flowers of the Mediterranean. A & C Black London. p 421 ; Breidahl H., 1997, Australian Southern Shores. Lothian. p 82 ; Cerne, M., 1992, Wild Plants from Slovenia used as Vegetables. Acta Horticulturae 318 ; Crawford, M., 2012, How to grow Perennial Vegetables. Green Books. p 150 ; Cundall, P., (ed.), 2004, Gardening Australia: flora: the gardener's bible. ABC Books. p 1056 ; Curtis, W.M., 1993, The Student's Flora of Tasmania. Part 3 St David's Park Publishing, Tasmania, p 560 ; Dashorst, G.R.M., and Jessop, J.P., 1998, Plants of the Adelaide Plains & Hills. Botanic Gardens of Adelaide and State Herbarium. p 134 ; Ertug, F, Yenen Bitkiler. Resimli TÃ¼rkiye FlorasÄ± -I- Flora of Turkey - Ethnobotany supplement ; Facciola, S., 1998, Cornucopia 2: a Source Book of Edible Plants. Kampong Publications, p 173 ; Flora of Pakistan. www.eFloras.org ; Harris, S., Buchanan, A., Connolly, A., 2001, One Hundred Islands: The Flora of the Outer Furneaux. Tas Govt. p 204 ; Hedrick, U.P., 1919, (Ed.), Sturtevant's edible plants of the world. p 507 ; Hibbert, M., 2002, The Aussie Plant Finder 2002, Florilegium. p 236 ; 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 196 ; Hyde-Wyatt, B.H. & Morris D.I., 1975, Tasmanian Weed Handbook. Dept of Ag Tasmania. p 86 ; Irving, M., 2009, The Forager Handbook, A Guide to the Edible Plants of Britain. Ebury Press p 249 ; 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 (As var. sativa) ; Lamp, C & Collet F., 1989, Field Guide to Weeds in Australia. Inkata Press. p 218 ; Lazarides, M. & Hince, B., 1993, Handbook of Economic Plants of Australia, CSIRO. p 192 ; Low, T., 1991, Wild Herbs of Australia and New Zealand. Angus & Robertson. p 49 (Drawing) ; Luczaj et al, 2013, Wild vegetable mixes sold in the markets of Dalmatia (southern Croatia). Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine. 8:2 ; Morley, B.D., & Toelken, H.R., (Eds), 1983, Flowering Plants in Australia. Rigby. p 285 ; Paczkowska, G . & Chapman, A.R., 2000, The Western Australian Flora. A Descriptive Calatogue. Western Australian Herbarium. p 457 ; Phillips, D.C., 1988, Wild Flowers of Bahrain. A Field Guide to Herbs, Shrubs, and Trees. Privately published. p 155 ; 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 ; Rivera, D. et al, 2006, Gathered Mediterranean Food Plants - Ethnobotanical Investigations and Historical Development, in Heinrich M, MÃ¼ller WE, Galli C (eds): Local Mediterranean Food Plants and Nutraceuticals. Forum Nutr. Basel, Karger, 2006, vol 59, pp 18â€“74 ; Self, M., 199, Phoenix Seeds catalogue. p 6 ; Signorini, M. A., et al, 2009, Plants and traditional knowledge: An ethnobotanical investigation on Monte Ortobene (Nuoro, Sardinia). Journal or Ethnobiology and Ethnomedicine, 5:6 ; Sp. pl. 1:115. 1753 ; Tasmanian Herbarium Vascular Plants list p 44 ; Tardio, J., et al, Ethnobotanical review of wild edible plants in Spain. Botanical J. Linnean Soc. 152 (2006), 27-71 ; Upson, R., & Lewis R., 2014, Updated Vascular Plant Checklist and Atlas for the Falkland Islands. Falklands Conservation and Kew.