

# **Tilia cordata Mill., 1768**

## **(Tilleul à petites feuilles)**

**Identifiants : 39157/tilcor**

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

**Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze**

**Dernière modification le 12/07/2024**

- **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 : Tilia ;**

- **Synonymes : Tilia parvifolia Ehrh. 1791 ;**

- **Synonymes français : tilleul à feuilles en coeur, tilleul des bois, tilleul mâle, tilleul d'hiver, tilleul à tisane ;**

- **Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : Small-leaved lime, Little-leaf linden , Blini, Lipa, Sitnolisna lipa, Tiyoel ;**

- **Rusticité (résistance face au froid/gel) : {{{-15°C ;**



- **Note comestibilité : \*\*\*\*\***

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

**Feuille1, fleur1 et graines1 comestibles.**

**Détails :**

**feuilles crues en salade, cuites comme pothebe (ex. : en épinard) ou en tisane<sup>{{(dp\*)}(1)}</sup>.**

**Les fleurs ont été brassées pour le thé de tilleul. Les jeunes fleurs doivent être utilisées. Les feuilles sont bouillies avec d'autres légumes. Ils peuvent être utilisés dans les salades. Les feuilles sont utilisées pour le sarma en Turquie. Ils sont enroulés autour d'une garniture de riz ou de viande hachée. Le nectar des fleurs est aspiré par les enfants**



**ATTENTION : si les fleurs utilisées pour faire du thé sont trop vieilles, elles peuvent produire des symptômes d'intoxication narcotique. ATTENTION : si les fleurs utilisées pour faire du thé sont trop vieilles, elles peuvent produire des symptômes d'intoxication narcotique<sup>{{(5(+))}</sup>.**

- **Note médicinale : \*\*\***

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



De gauche à droite :

Par Sturm, J., Sturm, J.W., *Deutschlands flora (1798-1855) Deutschl. Fl. vol. 20 (1845) t. 89* , via plantillustrations  
Par Kops, J., *Flora Batava (1800-1934) Fl. Bat. vol. 18 (1889) t. 1436*, via plantillustrations

- **Autres infos :**

dont infos de "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

- **Statut :**

Un aliment de famine<sup>{{(0+X)}} (traduction automatique)</sup>.

Original : A famine food<sup>{{(0+X)}}.</sup>

- **Distribution :**

C'est une plante tempérée. Il est originaire d'Asie occidentale et d'Europe. Il pousse dans les collines mais pas dans les montagnes d'Europe. Il a besoin de sols limoneux frais, profonds et humides. Il convient aux zones de rusticité 3-9. Arboretum Tasmania. Jardins botaniques de Hobart<sup>{{(0+X)}} (traduction automatique)</sup>.

Original : It is a temperate plant. It is native to W. Asia and Europe. It grows in the hills but not mountains in Europe. It needs cool, deep, moist loam soils. It suits hardiness zones 3-9. Arboretum Tasmania. Hobart Botanical Gardens<sup>{{(0+X)}}.</sup>

- **Localisation :**

Asie, Australie, Balkans, Biélorussie, Belgique, Bosnie, Grande-Bretagne, Canada, Eurasie, Europe \*, Grèce, Hongrie, Inde, Irlande, Kosovo, Macédoine, Amérique du Nord, Pologne, Roumanie, Russie, Scandinavie, Slovaquie, Slovénie, Espagne, Suède, Suisse, Tasmanie, Turquie, Ukraine, USA<sup>{{(0+X)}} (traduction automatique)</sup>.

Original : Asia, Australia, Balkans, Belarus, Belgium, Bosnia, Britain, Canada, Eurasia, Europe\*, Greece, Hungary, India, Ireland, Kosovo, Macedonia, North America, Poland, Romania, Russia, Scandinavia, Slovakia, Slovenia, Spain, Sweden, Switzerland, Tasmania, Turkey, Ukraine, USA<sup>{{(0+X)}}.</sup>

- **Notes :**

Ceux-ci ont également été dans les Tiliacées<sup>{{(0+X)}} (traduction automatique)</sup>.

Original : These have also been in the Tiliaceae<sup>{{(0+X)}}.</sup>

- **Nombre de graines au gramme : 25 ;**

- **Liens, sources et/ou références :**

- <sup>5</sup>"Plants For a Future" (en anglais) : [https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Tilia\\_cordata](https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Tilia_cordata) ;

dont classification :

- "The Plant List" (en anglais) : [www.theplantlist.org/tpl1.1/record/kew-2518181](http://www.theplantlist.org/tpl1.1/record/kew-2518181) ;

dont livres et bases de données : <sup>1</sup>Plantes sauvages comestibles (livre pages 105 et 106, par S.G. Fleischhauer, J. Guthmann et R. Spiegelberger) ;

dont biographie/références de <sup>0</sup>"FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

Abbet, C., et al, 2014, *Ethnobotanical survey on wild alpine food plants in Lower and Central Valais (Switzerland)*. *Journal of Ethnopharmacology* 151 (2014) 624-634 ; Ambasta, S.P. (Ed.), 2000, *The Useful Plants of India*. CSIR India. p 639 ; Brickell, C. (Ed.), 1999, *The Royal Horticultural Society A-Z Encyclopedia of Garden Plants*. Convent Garden Books. p 1013 ; Cerne, M., 1992, *Wild Plants from Slovenia used as Vegetables*. *Acta Horticulturae* 318 ; Coombes, A.J., 2000, *Trees*. Dorling Kindersley Handbooks. p 303 ; Crawford, M., 2012, *How to grow Perennial Vegetables*. Green Books. p 127 ; Cundall, P., (ed.), 2004, *Gardening Australia: flora: the gardener's bible*. ABC Books. p 1418 ; 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, Y., et al, 2015, *Of the importance of a leaf: the ethnobotany of sarma in Turkey and the Balkans*. *Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine*, 11:56 ;

Farrar, J.L., 1995, *Trees of the Northern United States and Canada*. Iowa State University press/Ames p 281 ; Gard. dict. ed. 8: Tilia no. 1. 1768 ; Gouldstone, S., 1983, *Growing your own Food-bearing Plants in Australia*. Macmillan p 173 ; Harris, E & J., 1983, *Field Guide to the Trees and Shrubs of Britain*. Reader's Digest. p 43 ; Hibbert, M., 2002, *The Aussie Plant Finder 2002*, Florilegium. p 300 ; Irving, M., 2009, *The Forager Handbook, A Guide to the Edible Plants of Britain*. Ebury Press p 201 ; Lord, E.E., & Willis, J.H., 1999, *Shrubs and Trees for Australian gardens*. Lothian. p 74 ; Luczaj, L., 2012, *Ethnobotanical review of wild edible plants of Slovakia*. Acta Societatis Botanicorum Poloniae 81(4):245-255 ; Luczaj, L. et al, 2013, *Wild edible plants of Belarus: from Rostakinski's questionnaire of 1883 to the present*. Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine 9:21 ; Åukasz Åuczaj and Wojciech M SzymaÅ„ski, 2007, *Wild vascular plants gathered for consumption in the Polish countryside: a review*. J Ethnobiol Ethnomedicine. 3: 17 ; Luczaj, L., et al, 2015, *Wild food plants and fungi used by Ukrainians in the western part of the MaramuresÅ§ region in Romania*. Acta Soc Bot Pol 84(3):339â€“346 ; 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 ; 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 ; Ryan, S., 2008, *Dicksonia*. Rare Plants Manual. Hyland House. p 59 ; Schuler, S., (Ed.), 1977, *Simon & Schuster's Guide to Trees*. Simon & Schuster. No. 177 ; Self, M., 199, *Phoenix Seeds catalogue*. p 16 ; Sfikas, G., 1984, *Trees and shrubs of Greece*. Efstathiadis Group. Athens. p 108 ; Shikov, A. N. et al, 2017, *Traditional and Current Food Use of Wild Plants Listed in the Russian Pharmacopoeia*. Frontiers in Pharmacology. Vol. 8 Article 841 ; Tardio, J., et al, *Ethnobotanical review of wild edible plants in Spain*. Botanical J. Linnean Soc. 152 (2006), 27-71