

Urtica hyperborea Jacq. ex Wedd.

Identifiants : 40036/urthyp

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

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 05/05/2024

- Classification phylogénétique :

- Clade : Angiospermes ;
- Clade : Dicotylédones vraies ;
- Clade : Rosidées ;
- Clade : Fabidées ;
- Ordre : Rosales ;
- Famille : Urticaceae ;

- Classification/taxinomie traditionnelle :

- Règne : Plantae ;
- Division : Magnoliophyta ;
- Classe : Magnoliopsida ;
- Ordre : Urticales ;
- Famille : Urticaceae ;
- Genre : Urtica ;

- Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : , Pachoo, Siun, Zachhut, Zatsut ;



- Note comestibilité : ***

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

Parties comestibles : feuilles^{{{(0(+x)) (traduction automatique)}} | Original : Leaves^{{{(0(+x))}} Les jeunes feuilles sont cuites et mangées. Ils sont cuits, pressés et frits pour faire des légumes. Ils sont également utilisés dans les soupes

Partie testée : feuilles poids sec^{{{(0(+x)) (traduction automatique)}}
Original : Leaves dry wt^{{{(0(+x))}}

Taux d'humidité	Énergie (kj)	Énergie (kcal)	Protéines (g)	Pro- vitamines A (µg)	Vitamines C (mg)	Fer (mg)	Zinc (mg)
	0	0	26.8	0	0	41	0



néant, inconnus ou indéterminés.

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



Par karlostachys (Christian Bravard), via garden

• Liens, sources et/ou références :

◦ ⁵"Plants For a Future" (en anglais) : https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Urtica_hyperborea ;

dont classification :

dont livres et bases de données : ⁰"Food Plants International" (en anglais) ;

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

Ambasta, S.P. (Ed.), 2000, The Useful Plants of India. CSIR India. p 664 ; Boesi, A., 2014, Traditional knowledge of wild food plants in a few Tibetan communities. Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine 10:75 ; Dobriyal, M. J. R. & Dobriyal, R., 2014, Non Wood Forest Produce an Option for Ethnic Food and Nutritional Security in India. Int. J. of Usuf. Mngt. 15(1):17-37 ; Kaul, M.K. et al, 1985, Ethno-botanic studies in North-West and Trans-Himalaya - contribution to the wild food plants of Ladakh. J.Econo. Tax. Bot. Vol. 6 No. 3 pp 523-527 ; Misra, S. et al, 2008, Wild leafy vegetables: A study of their subsistence dietetic support to the inhabitants of Nanda Devi Biosphere reserve, India. Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine. 4:15 ; Plants for a Future database, The Field, Penpol, Lostwithiel, Cornwall, PL22 0NG, UK. <http://www.scs.leeds.ac.uk/pfaf/> ; Polunin, O., & Stainton, A., 2006, Flowers of the Himalaya, Oxford India Paperbacks. p 366 ; Rawat, G.S., & Pangtey, Y.P.S., 1987, A Contribution to the Ethnobotany of Alpine Regions of Kumaon. J. Econ. Tax. Bot. Vol. 11 No. 1 pp 139-147 ; Reis, S. V. and Lipp, F. L., 1982, New Plant Sources for Drugs and Foods from the New York Botanical Garden herbarium. Harvard. p 47 ; Sharma, L. et al, 2018, Diversity, distribution pattern, endemism and indigenous uses of wild edible plants in Cold Desert Biosphere Reserve of Indian Trans Himalaya. Indian Journal of Traditional Knowledge. Vol 17(1) January 2018 pp 122-131 ; Singh, H.B., Arora R.K., 1978, Wild edible Plants of India. Indian Council of Agricultural Research, New Delhi. p 38