Vicia cracca L. subsp. stenophylla

Identifiants : 40520/viccraa

Association du Potager de mes/nos Rêves (https://lepotager-demesreves.fr)
Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze
Dernière modification le 12/05/2024

- ***Classification phylogénétique :***
    - ***Clade : Angiospermes ;***
    - ***Clade : Dicotylédones vraies ;***
    - ***Clade : Rosidées ;***
    - ***Clade : Fabidées ;***
    - ***Ordre : Fabales ;***
    - ***Famille : Fabaceae ;***
- ***Classification/taxinomie traditionnelle :***
    - ***Règne : Plantae ;***
    - ***Division : Magnoliophyta ;***
    - ***Classe : Magnoliopsida ;***
    - ***Ordre : Fabales ;***
    - ***Famille : Fabaceae ;***
    - ***Genre : Vicia ;***
- ***Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : Tufted vetch, Cow vetch, Bird vetch , Gurul, Hirrehernes, Kurehernes, Kus figi, Liendau, PticlŒja graÅ¡ica, Yeqandoujian ;***

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

  Feuille (jeunes, dont pousses : fraîches (cuites[1] et/ou aromatisantes[1]) ou séchées (tisanes mixtes[1])), fleur[1] (cuites[1]) et fruit (jeunes gousses ou graines matures cuites[1]) comestibles.(1*)

  Détails :

  feuilles cuites (ex. : comme potherbe) et/ou aromatisantes[{{{(dp*)(1)}}].(1*)

  Les jeunes tiges et feuilles se consomment comme potagers. Les feuilles sont utilisées comme substitut du thé. Les graines sont consommées bouillies ou grillées. Ils sont également consommés crus

  (1*)présence de lectine, une toxine pouvant provoquant, entre autres, des nausées.
  Celle-ci étant soluble dans l'eau (proportionnellement à la température 80 et à la durée du trempage), on peut s'en débarasser en changeant simplement l'eau de cuisson.
  Il est donc tout de même recommandé (et même impératif ?(qp*)) d'éviter de consommer les feuilles et les gousses (dont les graines mâtures) crues.(ds*)(dp*)µ
  N.B. : on la trouve également dans d'autres fabacées (légumineuses) comme les petits pois ou les haricots.1

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

  dont classification :

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