

***Lactuca sativa* L., 1753** **var. *capitata* cv. 'Rougette de Montpellier'**

(Laitue pommée)

Identifiants : 42475/lacsatb10

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

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 09/05/2024

• **Classification phylogénétique :**

- **Clade : Angiospermes ;**
- **Clade : Dicotylédones vraies ;**
- **Clade : Astéridées ;**
- **Clade : Campanulidées ;**
- **Ordre : Asterales ;**
- **Famille : Asteraceae ;**

• **Classification/taxinomie traditionnelle :**

- **Règne : Plantae ;**
- **Division : Magnoliophyta ;**
- **Classe : Magnoliopsida ;**
- **Ordre : Asterales ;**
- **Famille : Asteraceae ;**
- **Genre : Lactuca ;**

• **Synonymes : *Lactuca capitata* (L.) DC, *Lactuca crispa* (L.) Roth, *Lactuca palmata* Willd, *Lactuca sativa* subsp. *asparagina*, *Lactuca sativa* subsp. *capitata* (L.) Chubl. & G. Martens, *Lactuca scariola* var. *sativa* C.B. Clarke ;**

• **Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : Lettuce , Alface, Alfase, Chisa, Daun salad, Lechuga, Lekuke, Letesi, Letisi, Letsugas, Marul, Salad-pata, Salad, Saladi, Sangchu, Selada, Shang ts'oi, Sheng Cai, Sung chi, Sung choi, Vrtna solata, Woh sun ;**

• **Rusticité (résistance face au froid/gel) : -5/-10/-15°C ;**



• **Note comestibilité : ******

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

Feuilles consommées crues (comme salade) ou cuites (comme légume, potherbe).

Détails :

Feuilles, graines, légume^{{{(0+X)}}}.

Feuille (feuilles^{0(+X),27(+X)} [nourriture/aliment^{{{(dp*)}}} : crues^{0(+X)} {en salade^{{{(27(+X))}}}} ou cuites^{{{(dp*)}}} {dans les soupes^{{{(0(+X))}}}}] et fruit (graines germées^{{{(0(+X))}}}) comestibles^{0(+X)}.(1*)

Feuilles consommées^{0(+X),{{(27(+X))}}} crues^{0(+X)} (en salade^{{{(27(+X))}}}) ou dans les soupes (ex. : comme potherbe^{{{(dp*)}}}).

Les graines germées peuvent être utilisées dans des salades ou sandwiches^{(((0(+x))).(1*)}

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

Taux d'humidité	Énergie (kj)	Énergie (kcal)	Protéines (g)	Pro- vitamines A (µg)	Vitamines C (mg)	Fer (mg)	Zinc (mg)
94	84	20	1.2	180	15	0.7	0.2



Précautions :

ATTENTION : la plante mature est légèrement toxique^{μ{{{5(+)}}}, elle accumule du lactucarium, au moment de la floraison, lequel est légèrement narcotique^{(((dp*)(0(+x)))} ; voir genre *Lactuca*, et fiche toxine pour plus d'informations^{(((rp*))}.

• Note médicinale : ***

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



De gauche à droite :

Par inconnu, via vilmorin

Par inconnu, via graines-semences

• Liens, sources et/ou références :

dont classification :