

# CIRSE COMMUN

Cirsium vulgare (=Cirsium lanceolatum)



## Description rapide

- > Bord des chemins, friches
- > Epines sur toute la plante
- > Fleurs tubulaires pourpre clair, au sommet
- > Fruits « plumeux » rappelant le pissenlit

## Description

Éléments clefs	Identification
Milieux	Bord des chemins, friches, endroits rudéralisés, prairies surpâturées
Fréquence	Commun à assez commun
Herbacé / ligneux	Herbacé
Taille	40-120 (-170) cm
Port / Tige	Tige dressée, rameuse en haut, avec des ailes épineuses sur toute la longueur.
Feuilles	Feuilles alternes, étroites <b>Face supérieure</b> recouverte de poils épineux <b>Face inférieure</b> verte ou blanchâtre, couverte de poils peu nombreux répartis comme une toile d'araignée. Feuilles <b>basales</b> pennatiséquées (feuille découpée en segments qui se rejoignent tous à sa nervure centrale) avec des segments dentés et épineux.
Fleurs	Fleurs toutes tubulaires, à 5 dents, jusqu'à 3 cm de long, pourpre clair, rarement blanches.
Fruits	Jusqu'à 4 mm, avec une longue aigrette blanche qui permet leur dispersion par le vent.
Divers	Mellifère
Cycle et floraison	Floraison de juillet à octobre Plante bisannuelle
Distribution	Europe, Afrique du Nord, Amérique du Nord, Asie occidentale. Cosmopolite des régions tempérées.
Statut	Aucun statut de protection connu
Ecologie	<a href="http://www.tela-botanica.org/bdtx-nn-17870-ecologie">http://www.tela-botanica.org/bdtx-nn-17870-ecologie</a>

## Dénomination & classification

Éléments clefs	Identification
<b>Nom scientifique</b>	<i>Cirsium vulgare</i> (= <i>Cirsium lanceolatum</i> ) (SAVI) TEN.
<b>Famille</b>	Asteracées ( <i>Asteraceae</i> )
<b>Noms vernaculaires</b>	Cirse à feuilles lancéolées, Cirse commun, Cirse lancéolé, Chardon lancéolé, Chardon vulgaire, Gros chardon, Piqueux
<b>Étymologie</b>	<i>Cirsium</i> : varices, en grec. <i>vulgare</i> : commun, en latin.
<b>Classification</b>	<a href="#">Voir la classification APGIII</a>

## Utilisations alimentaires

Éléments clefs	Identification
<b>Appréciation générale</b>	Malgré ses épines, le cirse commun est consommé de sa racine à ses boutons floraux, en passant par sa tige et ses feuilles.
<b>Parties utilisées</b>	
<b>Racines</b>	Les racines tendres et charnues sont cuites à l'eau ou au four et ensuite, revenues à la poêle
<b>Feuilles</b>	Les toutes jeunes feuilles, encore dépourvues de piquants, sont consommées crues en salade ou cuites. On peut aussi couper les épines s'il y en a déjà.
<b>Tiges</b>	Les jeunes tiges encore molles sont parfois épluchées et dégustées telles quelles. Elles peuvent aussi être cuites à la façon des salsifis.
<b>Boutons floraux</b>	Ils peuvent être cuits comme légume ou préparés dans une saumure.
<b>Confusions possibles</b>	
<b>Autres chardons</b>	Tous les chardons sont consommés de la même manière mais certains sont trop petits, trop amers ou trop épineux.
<b>Le seul toxique: Le chardon à glu (<i>Atractylis gummifera</i>)</b>	Région méditerranéenne. Grande feuilles en rosette au sol. Tige presque inexistante, le capitule de fleurs semble posé au milieu de la rosette de feuilles.

## Récolte & conservation

Les **racines** se récoltent la première année (quand la plante n'a pas encore développé de fleurs) de l'automne au début du printemps.

Les **boutons floraux** se récoltent au printemps.

## Plus d'infos, images & vidéos

- [Fiche botanique du site Tela Botanica](#)
- [Cirsium vulgare sur Google images](#)
- [Cirsium vulgare sur Wikipedia](#)
- [Préparation des tiges, des feuilles et des boutons floraux, avant de les cuisiner/manger \(en anglais mais ce sont les gestes qui sont intéressants\)](#)