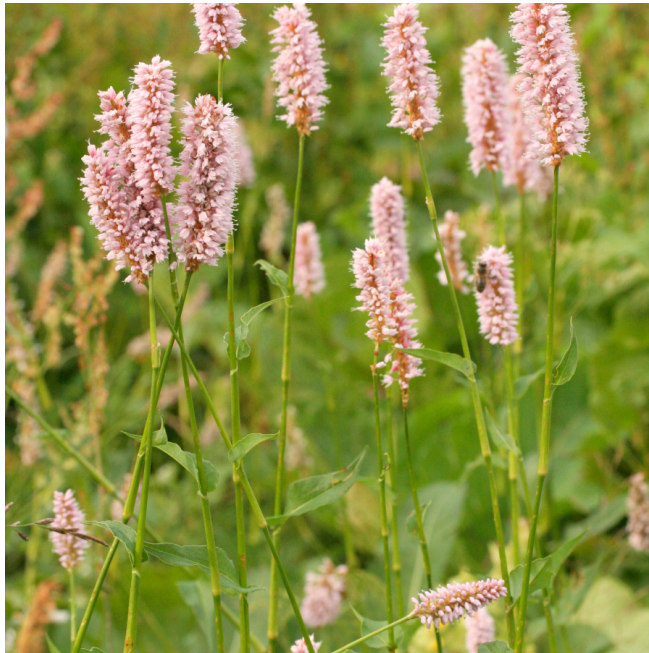


# RENOUÉE BISTORTE

Persicaria bistorta

 CUISINE SAUVAGE



## Description rapide

> Fleurs roses en épi

> Feuilles ovales

> Tige simple et glabre

> Tube membraneux entourant la tige  
au niveau de l'insertion des feuilles

## Description

Éléments clefs	Identification
Milieux	Prairies humides, bords de cours d'eau sur sols riches, à faible concentration en calcaire. Ripisylves, mégaphorbiaies.
Fréquence	Assez rare
Herbacé / ligneux	Plante herbacée
Taille	Tige jusqu'à 80 cm avec l'inflorescence
Port / Tige	Rosette basilaire surmontée d'une tige droite d'une vingtaine de cm, simple et terminée par une inflorescence. La base des entrenœuds est entourée d'une gaine tubulaire membraneuse (née de la fusion des stipules = ochréa)
Feuilles	Feuilles glauques à la face inférieure, glabres et ovales-lancéolées, un peu ondulées au bord et à limbe décurrent sur le pétiole. Les caulinaires sont réduites, sessiles et espacées de façon alterne
Fleurs	En épi terminal dense et large de 1 à 3 cm. Fleurs hermaphrodites ou unisexuées à cinq tépales roses plus ou moins foncé et réunies par deux, l'une mâle, l'autre femelle
Graines	Une par fruit
Fruits	Un akène trigone (d'où les polygonacées) à arête aiguë et entouré des tépales accrescents
Racine	Traçante, formée d'un rhizome serpentiforme et tortueux
Pilosité générale	Plante glabrescente
Cycle et floraison	Plante vivace à rhizomes, fleurissant de juin à septembre
Distribution	Europe, Asie tempérée et septentrionale, Amérique du Nord orientale. Espèce plus commune dans les massifs montagneux
Statut	Aucun statut de protection connu
Ecologie	<a href="http://www.tela-botanica.org/bdtfx-nn-75301-ecologie">www.tela-botanica.org/bdtfx-nn-75301-ecologie</a>

## Dénomination & classification

Éléments clefs	Identification
Nom scientifique	<i>Persicaria bistorta</i> Samp. 1913
Famille	Polygonacées ( <i>Polygonaceae</i> )
Noms vernaculaires	Couleuvrée, Deux-fois-tordue, Feuillotte, Langue de bœuf, Serpentaire
Étymologie	« Persicaria » vient du latin « persica » signifiant pêche, le genre (parfois...) ayant des feuilles semblables à celle du pêcher L'épithète « bistorta » signifie en latin, deux fois tordue, qui qualifie la tige souterraine
Classification	<a href="#">Voir la classification APG III</a>

## Utilisations alimentaires

Éléments clefs	Identification
Appréciation générale	Les feuilles tendres forment une bonne base de plat dès les premiers beaux jours
Mise en garde	<b>Le rhizome et les feuilles âgées doivent être cuits</b> dans plusieurs eaux pour en éliminer les tanins. Sans ce procédé, ils sont immangeables
Parties utilisées	
Rhizome	Consommé cuit, après écorçage et cuisson à plusieurs eaux pour diminuer son amertume et son astringence.
Feuilles	Consommées crues lorsqu'elles sont jeunes, ou cuites en légumes lorsqu'elles sont plus âgées.
Confusions possibles	
Renouée amphibie ( <i>Persicaria amphibia</i> )	La forme terrestre de la renouée amphibie ressemble à la bistorte mais s'en distingue par les feuilles plus étroites et la tige florifère plus courte et ramifiée
Patiences diverses ( <i>Rumex</i> sp.)	Les feuilles de quelques espèces de patience au stade de la rosette, peuvent être confondues avec celles de la bistorte. Elles sont plus coriaces et au goût, plus fades et vite amères. L'inflorescence dense sur une tige simple est un bon critère, dès mai, pour reconnaître la bistorte

## Récolte & conservation

Les feuilles peuvent se récolter de mars à juin mais deviennent rapidement amères

## Composition

## Définitionner

Rhizome

(un). Tige souterraine plus ou moins allongée, horizontale ou oblique, émettant des tiges aériennes (ou flottant dans l'eau) et des racines adventives.

Le rhizome contient de l'amidon mais aussi du tanin en proportions importantes et un peu d'acide oxalique

Les feuilles renferment de la vitamine C

## Plus d'infos, images & vidéos

- [Fiche botanique du site Tela Botanica](#)
- [Persicaria bistorta sur Google images](#)
- [Persicaria bistorta sur Wikipedia](#)