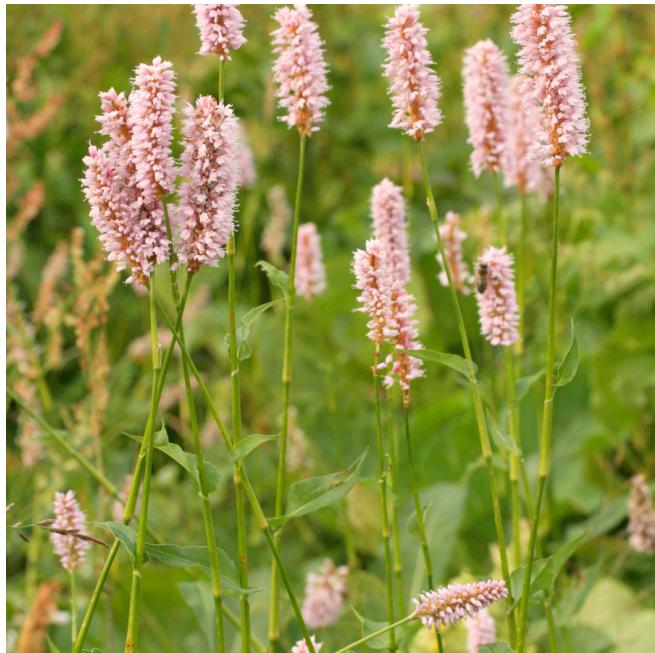


# RENOUÉE BISTORTE

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 Samp.</i> 1913                                                                                                                                                                                              |
| Famille            | Polygonacées ( <i>Polygonaceae</i> )                                                                                                                                                                                               |
| Noms vernaculaires | Couleuvrée, Deux-fois-tordue, Feuillotte, Langue de bœuf, Serpentaire                                                                                                                                                              |
| Etymologie         | « Persicaria » vient du latin « persica » signifiant pêche, le genre (parfois...) ayant des feuilles semblables à celle du pêcher<br>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 sp.</i> )         | 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

## Definitioner

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](#)