

OSEILLE RONDE

Rumex scutatus

 CUISINE SAUVAGE



Description rapide

- > Nombreuses tiges étalées-redressées
- > Feuilles épaisses en forme de fer de hallebarde
- > Fleurs/fruits vert-rose
- > Saveur acide

Description

Éléments clefs	Identification
Milieux	Eboulis calcaires, rocallles et vieux murs
Fréquence	Assez commun à assez rare
Apparence générale	Plante à souche rampante, étalée puis dressée, feuilles assez rondes mais hastées (en forme de fer de lance) d'un vert glauque
Herbacé / ligneux	Herbacée
Taille	20 à 50 cm
Port / Tige	Tiges étalées puis dressées, nombreuses, rameuses et feuillées
Feuilles	Feuilles épaisses, aussi larges que longues, de couleur vert-glaucous dont le pétiole est plus long que le limbe. Les feuilles sont de forme hastée, c'est-à-dire en forme de fer de hallebarde.
Fleurs	Fleurs polygames et verticillées, de couleur vert-rose
Fruits	Fruits membraneux presque ronds et en cœur, de couleur vert-rose
Racine	Souche longuement rampante
Pilosité générale	Glabre
Saveur	Feuilles à saveur acidulée, caractéristique de l'acide oxalique que l'on retrouve dans l'oxalis, la rhubarbe...
Cycle et floraison	Mai à août
Distribution	Europe centrale et méridionale, Asie occidentale, Afrique septentrionale
Statut	Préoccupation mineure
Ecologie	Fiche écologie E-Flore

Dénomination & classification

Éléments clefs	Identification
Nom scientifique	<i>Rumex scutatus L. 1753</i>
Famille	Polygonacées (<i>Polygonaceae</i>)
Noms vernaculaires	Oseille en écusson
Etymologie	<i>Rumex</i> : dard, en latin. Allusion à la forme pointue des feuilles <i>Scutatus</i> : « armé d'un bouclier », en latin
Classification	Voir la classification APGIII

Utilisations alimentaires

Éléments clefs	Identification
Appréciation générale	Les feuilles crues dégagent une nette saveur citronnée
Mise en garde	Les oseilles contiennent de l'acide oxalique. Il est donc déconseillé d'en manger en grande quantité et surtout aux personnes ayant des problèmes aux reins (calculs rénaux), au foie et aux articulations (arthrite,...).
Parties utilisées	
Feuilles	Peuvent être ajoutées crues aux salades ou recouvertes de chocolat pour en faire de délicieux croquants citronnés. On peut aussi en faire une limonade. Traditionnellement, elles sont préparées en soupe ou en sauce pour accompagner le poisson. Dans ce dernier cas, c'est plus souvent l'oseille cultivée qui est utilisée.
Confusions possibles	
Arum tacheté (<i>Arum maculatum</i>)	Toxique. Pousse dans les bois. Les feuilles (pas toujours tachetées) provoquent une sensation de brûlure en bouche. Feuilles luisantes, vert vif brillant. Epi compact (3 à 4 cm) de baies rouge-orange vif au sommet de la tige.
Les 3 autres espèces de <i>Rumex</i> à saveur acide ci-dessous	Toutes les espèces des <i>Rumex</i> à saveur acide s'utilisent comme l'oseille sauvage.
Oseille sauvage (<i>Rumex acetosa</i>)	Plus grande, feuilles supérieures sessiles et embrassantes, sols humides
Oseille à oreillette (<i>Rumex thrysiflorus</i>) - pas en Belgique	Feuilles jusqu'à 14 fois aussi longue que large. La plante produit plusieurs tiges
Petite oseille	Terrains acides, feuilles plus longues que larges

Récolte & conservation

Les feuilles se récoltent avant que la tige et les fleurs ne se développent.

Composition

Les feuilles sont riches en acide oxalique

Plus d'infos, images & vidéos

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