

# BARBARÉE COMMUNE

Barbarea vulgaris

 CUISINE SAUVAGE



## Description rapide

- > Petites fleurs jaunes à 4 pétales, en grappe
- > Feuilles basales lobées et disposées en rosette
- > Tige cannelée
- > Bord des chemins, talus, fossés, lieux humides

## Description

Éléments clefs	Identification
Milieux	Bord des chemins, talus, fossés, prairies, préférence pour les lieux humides.
Fréquence	Assez commun à assez rare
Herbacé / ligneux	Herbacé
Taille	de 20 à 90 cm.
Port / Tige	Tige dressée, feuillue, rameuse, cannelée
Feuilles	Feuilles vertes foncées et luisantes. <b>Feuilles basales</b> disposées en rosette, à 2-5 paires de lobes latéraux, foliole terminale ovale (parfois ronde). <b>Feuilles supérieures</b> dentées mais non lobées.
Fleurs	Petites fleurs jaunes vif d'environ 8 mm, serrées les unes contre les autres en grappes terminales. Bouton floral glabre. 4 pétales, 4 sépales, 6 étamines (2 courtes et 4 longues)
Graines	Une rangée de graines dans chaque moitié du fruit.
Fruits	Siliques (fruits) de 18 à 30 mm, allongées, anguleuses, portées par un petit pédoncule d'environ 5 mm de long. Une nervure centrale bien visible.
Pilosité générale	Glabre
Divers	Mellifère
Saveur	Feuilles très amères
Cycle et floraison	Plante bisannuelle ou vivace Floraison de mai à août
Distribution	Europe, Afrique du Nord, Asie occidentale et centrale
Statut	Aucun statut de protection connu
Ecologie	<a href="http://www.tela-botanica.org/bdtx-nn-9177-ecologie">http://www.tela-botanica.org/bdtx-nn-9177-ecologie</a>

## Dénomination & classification

Éléments clefs	Identification
Nom scientifique	<i>Barbarea vulgaris</i> W.T.Aiton
Famille	Brassicacées ( <i>Brassicaceae</i> )
Noms vernaculaires	Herbe de Sainte-Barbe
Étymologie	<i>Barbarea</i> : dédiée à la Sainte-Barbe, en latin. <i>vulgaris</i> : commun, en latin.
Classification	<a href="#">Voir la classification APGIII</a>

## Utilisations alimentaires

Éléments clefs	Identification
Appréciation générale	La barbarée apporte une touche d'amertume très forte aux salades.
Parties utilisées	
Feuilles	Les rosettes printanières sont consommées crues ou cuites moyennant une cuisson à plusieurs eaux pour en atténuer l'amertume
Boutons floraux	Les jeunes pousses florales sont consommées crues ou cuites à la façon des brocolis.
Confusions possibles	
Autres barbarées	Elles sont toutes consommées. La barbarée printanière ( <i>Barbarea verna</i> ) est très rare mais moins amère. Elle est parfois cultivée comme « cresson de terre ».

## Récolte & conservation

### Definitioner

Rosette

(une). Groupe de feuilles situées au niveau du sol ou disposées au sommet d'une tige, d'un rameau très court, ou encore à la base d'une tige allongée. Beaucoup de plantes bisannuelles forment une rosette de feuilles durant la première année de leur existence

### Récolte:

Récolte des **feuilles** (en rosette) de la barbarée au début du printemps lorsque ses fleurs ne sont pas encore développées. Son goût est alors plus doux.

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

## Plus d'infos, images & vidéos

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