

RENOUÉE DU JAPON

Fallopia japonica (= *Reynoutria japonica*)

CUISINE SAUVAGE



© melis

Description rapide

- > Plante pérenne formant des massifs touffus
- > Tiges rougeâtres, creuses et robustes
- > Feuilles ovales avec un acumen
- > Fleurs blanchâtres en grappes dressées

Description

Éléments clefs	Identification
Milieux	Friches, sites rudéralisés, bords des cours et des plans d'eau, lisières, haies, dans des endroits ensoleillés. Espèce nitrophile
Fréquence	Invasive devenue en quelques dizaines d'années, assez commune dans toutes les régions
Herbacé / ligneux	Plante herbacée à tige morte devenant coriace
Taille	Peut monter jusqu'à 2,50 mètres
Port / Tige	En massif élevé envahissant. Les tiges ramifiées et colorées sont couvertes de nombreuses feuilles et persistent mortes durant la mauvaise saison telles des cannes de bambou
Feuilles	Les feuilles alternes et qui peuvent atteindre 20 cm de long, sont ovales, acuminées au sommet et tronquées à la base. Elles sont un peu poilues à la face supérieure, glabres en-dessous et possèdent un pétiole canaliculé de quelques cm de longueur
Fleurs	Fleurs à 5 tépales blancs à roses réparties sur un pédoncule rouge formant de longues grappes situées à l'aisselle des feuilles
Graines	Une par fruit
Fruits	Le fruit est un akène ailé, noir et luisant. Néanmoins, chez cette espèce très souvent mâle-stérile (donc, pas de production de pollen), ces fruits secs se développent rarement
Racine	Souche vigoureuse à rhizomes
Pilosité générale	Plante glabre sauf légèrement poilue à la face supérieure des feuilles.
Divers	Invasive avérée, très difficile à maîtriser qui élimine toute la végétation là où elle se répand. Cultivée dans certaines régions autrefois comme plante fourragère
Cycle et floraison	La floraison est tardive, en fin d'été et au début de l'automne. Très mellifère, la renouée du Japon attire de nombreux butineurs
Distribution	Provenant de l'Asie orientale, cette plante naturalisée à amplitude écologique large est maintenant présente partout en Europe jusque dans l'étage montagnard. Elle est d'ailleurs inscrite sur la liste de l'IUCN parmi les 100 espèces les plus préoccupantes au niveau mondial

Éléments clefs	Identification
Statut	Aucun statut de protection connu. A contrario, des plans d'éradication de cette espèce sont mis en place dans différentes régions avec des résultats souvent mitigés
Ecologie	http://www.tela-botanica.org/bdtfx-nn-55763-ecologie

Dénomination & classification

Éléments clefs	Identification
Nom scientifique	<i>Fallopia japonica</i> (= <i>Reynoutria japonica</i>) Ronse Decraene 1988
Famille	Polygonacées (<i>Polygonaceae</i>)
Noms vernaculaires	Canne du Japon, Renouée cuspide et au Japon : Canne de tigre, Ôte-douleur
Etymologie	Les deux noms scientifiques de la renouée du Japon rendent hommage à deux chercheurs : « Fallopia » à l'anatomiste italien Fallopio du 15ème siècle et « Reynoutria », au botaniste français Reynoutre du 16ème siècle, L'épithète « japonica » indique une des régions d'indigénat de la plante
Classification	Voir la classification APG III

Utilisations alimentaires

Éléments clefs	Identification
Appréciation générale	Plante abondante qu'il faut pouvoir cueillir très jeune pour goûter sa saveur acidulée et rafraîchissante. Rapidement, elle devient très coriace et insipide.
Mise en garde	Plante est souvent qualifiée d' envahissante dont il faut se méfier de la propagation! Contient de l'acide oxalique: Il est donc déconseillé d'en manger trop fréquemment, surtout aux personnes ayant des problèmes aux reins (calculs rénaux), au foie et aux articulations (arthrite,...).
Parties utilisées	
Racines	Consommées cuites, après macération dans l'eau, dans les régions d'origine de cette espèce
Tiges	Pelées et cuites comme les pétioles de rhubarbe
Jeunes pousses	Consommées crues ou cuites comme de la rhubarbe (compote, tarte, ...), soit comme légume, cuit à l'eau
Confusions possibles	
Renouée de Sakhaline et hybrides (<i>Fallopia</i> (= <i>Reynoutria</i>) <i>sachalinensis</i> et <i>F. X bohemica</i>)	Ces deux plantes peuvent être comme la renouée du Japon sur le plan culinaire

Récolte & conservation

Récolter les tiges très jeunes au début du printemps. Pour qu'elles soient encore plus tendres, recouvrir les toutes jeunes pousses de feuilles pour qu'elles restent blanches

Composition

Contient de l'acide oxalique et des dérivés du resveratrol (antioxydant puissant)

Plus d'infos, images & vidéos

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