Oseille épinard

(Rumex patientia)



C'est une plante herbacée vivace à fleurs. Au printemps, elle est souvent consommée comme légume-feuille et comme garniture de tartes dans le sud de l'Europe, notamment en Bulgarie, en Macédoine du Nord et en Serbie. Elle est également utilisée en Roumanie dans les bouillons de printemps ou le sarmale (un mets traditionnel roumain et moldave).

Comestibilité :
Partie(s) comestible(s) : feuilles, racines, légume culinaires :
-les jeunes feuilles sont consommées comme légume (ex. : comme potherbe, substitut d'épinard) ; elles sont cuites ou ajoutées aux soupes ;
-les racines sont douces et sont mangées.(1*)

Semis sous abris | Semis en pleine terre | Plantation | Récolte

Besoin en eau (arrosage) : important | modéré | faible

Besoin d'ensoleillement (exposition) : plein soleil | mi-ombre

Besoins :

>Saints de glace (Du 11 au 13 Mai)