Plantain moyen
(Plantago media)



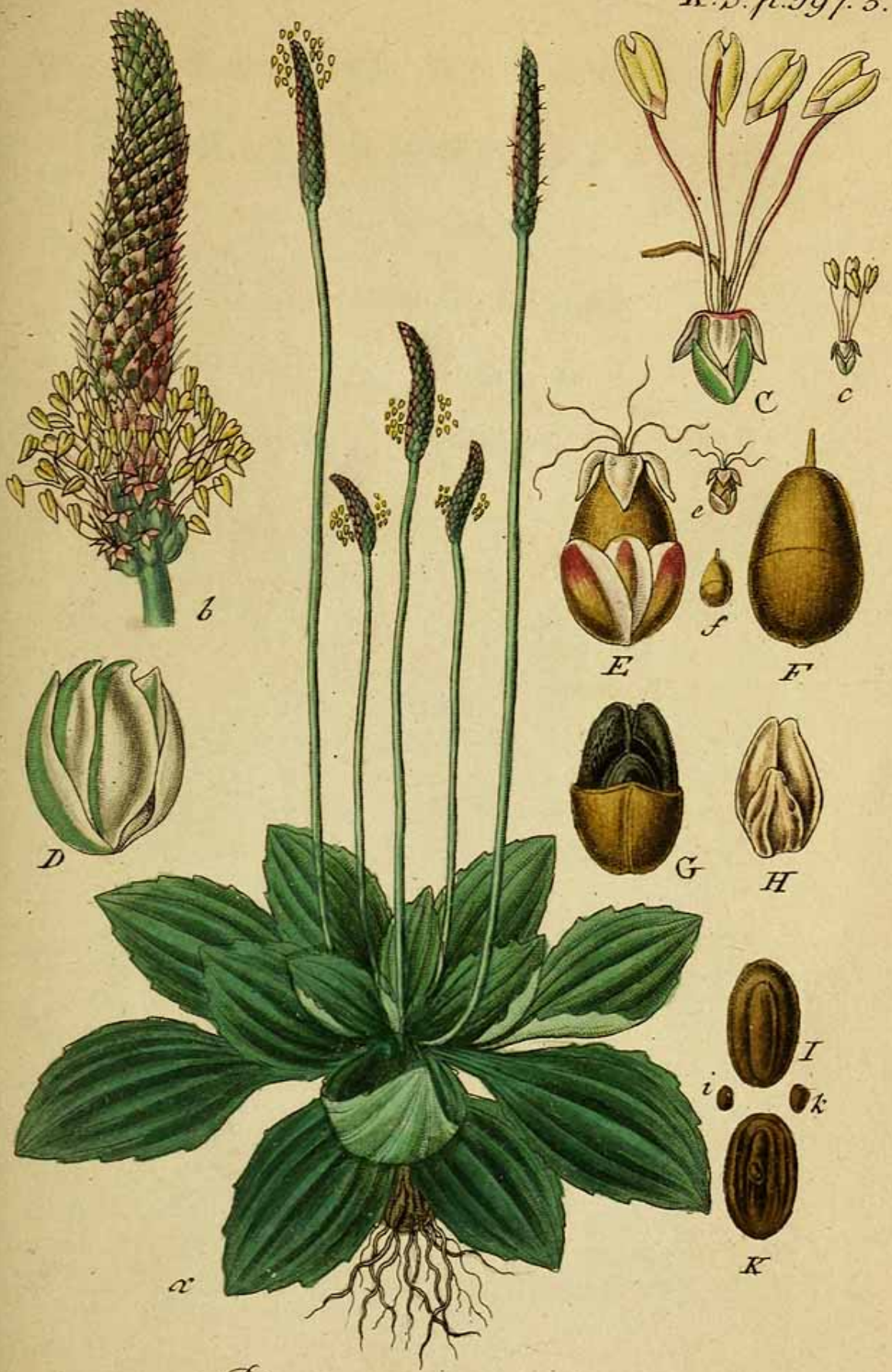
C’est une petite herbacée vivace, de 20-50cm, à racine pivotante avec de multiples radicelles, dont les feuilles basales, formant une rosette, sont entières, à nervation marquée, pubescentes (sur les deux faces) et de forme largement ovale/elliptique, avec un pétiole court et large.

Résistance au gel : -20°C ;

Comestibilité :
-Les jeunes feuilles peuvent être consommées (crues ou cuites) comme potherbe ou en salades ;
-Les jeunes inflorescences se mangent crues en salade ou blanchies ;
Leur saveur rappelle celle du champignon.

IV. 1.

K. S. p. 597. 3.



Plantago media L.

87. 8.

J. W. St. fec.