

## OSEILLE COMMUNE – *RUMEX ACETOSA* L.

Il existe une quinzaine d'espèces différentes de *Rumex* en Savoie, certaines, liées à des milieux humides, sont très rares, toutes sont comestibles. Nous n'évoquerons ici que la très fréquente *Rumex acetosa* subsp. *acetosa*. Une autre sous espèce, (considérée parfois comme simple variété), l'oseille de Gussone (*Rumex actosa* subsp. *nebroides*), à rechercher en Savoie, plus commune en Italie, croît au-delà de 1800 m, elle se distingue par des feuilles plus allongées, d'un vert plus pâle.

### NOMENCLATURE

Son nom a été attribué par Carl von Linné, en 1753.

Synonymie : *Acetosa acetosella* (L.) Mill., *Rumex multifidus* L., ...

Noms vernaculaires : grande oseille, oseille commune, oseille des prés... *ozelyé* ou *blé* en patois de Termignon (Meilleur, 1985).

Étymologie : le mot *Rumex* désigne en latin une sorte de dard, peut être en raison de la forme en pique des feuilles de certaines espèces ? *Acetosa* du latin *acetum*, vinaigre, du fait de saveur aigre des plantes. Oseille pourrait être une déformation du latin *acidula*.

### DESCRIPTION BOTANIQUE

Polygonacée vivace dont la hauteur varie de 30 à 110 cm.

Les feuilles supérieures sont sessiles, allongées, embrassantes avec des oreillettes aiguës. Les ocréas sont frangés ou dentés. Les inflorescences sont formées de rameaux peu ou pas divisés. La floraison s'échelonne de mai à juillet.

C'est une plante des prairies de fauche, pâturages, très commune de l'étage collinéen jusqu'aux environs de 2000 m. On peut la trouver en Savoie avec *Arrhenatherum elatius*, *Dactylis glomerata*, *Malva moschata*, *Medicago lupulina*, *Ranunculus acris*, *Rhinanthus alectorolophus*...



"Flora Batava" (1800)-KOPS

### USAGE MEDICINAL – TOXICITÉ

Dès l'Antiquité on vantait les vertus médicinales rafraîchissantes de l'oseille (Fournier, 1947). On employait surtout les racines en herboristerie, elles contiennent du fer pour traiter certaines anémies, des tanins à vertu antidiarrhéique et des anthraquinones à propriété laxative.

Alfred Chabert, médecin botaniste chambérien écrit que les racines des *Rumex alpinus* et *Rumex obtusifolius* étaient recommandés dans les montagnes de Savoie comme purgatifs. Aucun *Rumex* n'est inscrit à la pharmacopée française.

La plupart des oseilles renferment des oxalates, elles doivent être consommées avec modération et sont déconseillées en cas d'arthrite, de goutte, de lithiase...

#### **USAGE ALIMENTAIRE**

Les jeunes feuilles acidulées de divers *Rumex* seront cueillies au printemps pour préparer des potages ou des gratins, mélangées à des feuilles d'autres plantes sauvages (chénopode bon-Henri, mauve, plantain, silène enflé...).

Les pétioles juteux des feuilles de l'oseille des Alpes ou rhubarbe des moines dite "*tsai det montagne*" en patois savoyard, peuvent être récoltés pour faire des tartes ou compotes comme ceux de la rhubarbe.

Les feuilles de diverses oseilles, "...macérées dans de l'eau, donnaient une sorte de caille-lait utilisé pour fabriquer un fromage du type sérac destiné à la consommation familiale" (Meilleur, 1985).

Les racines de *Rumex alpinus* et *Rumex obtusifolius* étaient récoltées et transformées en une sorte de choucroute pour engraisser les porcs et le bétail l'hiver (Chabert, 1897).

#### **USAGE DIVERS**

Les racines riches en anthraquinones et tanins des *Rumex acetosa*, *R. alpinus*, *R. patientia*, *R. obtusifolius*, *R. crispus*, fournissent des teintures jaunes, orange vif ou brun roux selon la quantité employée, le ton devient noir avec le fer comme mordant (Cardon, 2003).

#### **Pour en savoir plus :**

CARDON D., 2003 – Le monde des teintures naturelles, Belin éditeur - 586 p.

CHABERT A., 1897 – Plantes médicinales & plantes comestibles de Savoie, Édition Curandera – 152 p.

FOURNIER P., 1947 – Dictionnaire des plantes médicinales et vénéneuses de France – Paul Lechevalier éditeur – 447 p.

MEILLEUR B., 1985 - Gens de montagne, plantes & saisons, Termignon en Vanoise, *Le monde alpin et rhodanien* n° 1 - 79 p.

PAUME M.-C., 2005 - Sauvages et comestibles, Edisud - 239 p.