

## POLYPODE COMMUN – *POLYPODIUM VULGARE* L.

Trois espèces de polypodes ont été notées en Savoie (Delahaye & Prunier, 2006) : *cambricum*, qui se différencie par un limbe très large et la présence de paraphyses, *vulgare* que nous décrivons ci-après et *interjectum* ; très proches, ils se distinguent selon l'aspect de leurs sporanges vus à la loupe binoculaire.

### NOMENCLATURE

Son nom latin de genre et d'espèce a été attribué par Carl von Linné, botaniste suédois en 1753.

Synonymie : *Polypodium auritum* Willd., *Polypodium boreale* Salisb., ...

Nom vernaculaire : polypode commun, réglisse des bois, réglisse sauvage...

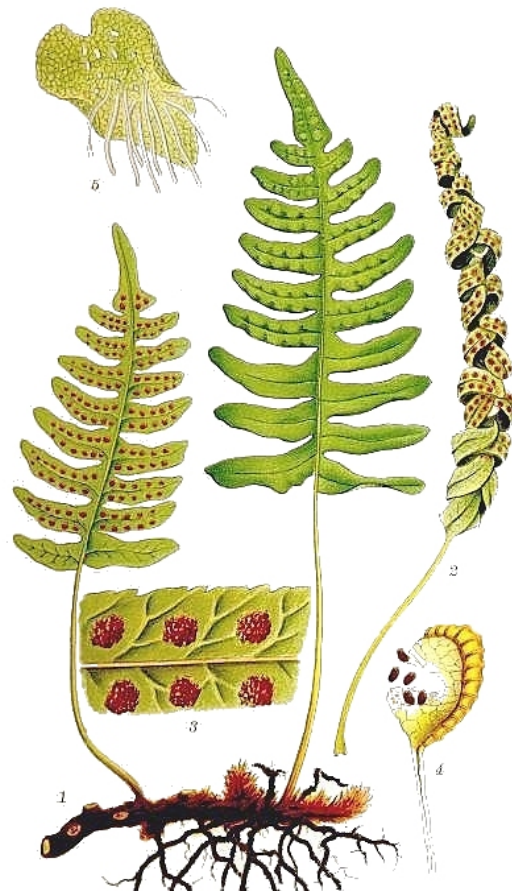
Étymologie : *Polypodium* est formé de la juxtaposition de *polys*, nombreux et *podos*, pied, ce nom a été attribué en raison des nombreux restes des anciennes feuilles accrochés au rhizome. *Vulgare* indique la large répartition de la plante.

### DESCRIPTION BOTANIQUE

Fougère à long rhizome rampant, portant des feuilles de 15 à 30 cm de longueur.

Le limbe étroit, est divisé une seule fois en pennes à marge entière. Il a des bords plus ou moins parallèles et se réduit brusquement au sommet par une longue pointe. Sporangies et spores sont plus petits que chez l'espèce *interjectum* ; l'anneau mécanique du sporange est bien différencié et constitué de plus de 10 cellules.

C'est une plante fréquente de l'étage collinéen à subalpin, en sous-bois, recouvrant des rochers humides et ombragés, ou en épiphyte, sur terrains plutôt siliceux mais parfois calcaires. On peut trouver le polypode parmi *Cystopteris fragilis*, *Moehringia muscosa*, *Saxifraga roundifolia*, *Valeriana tripteris*...



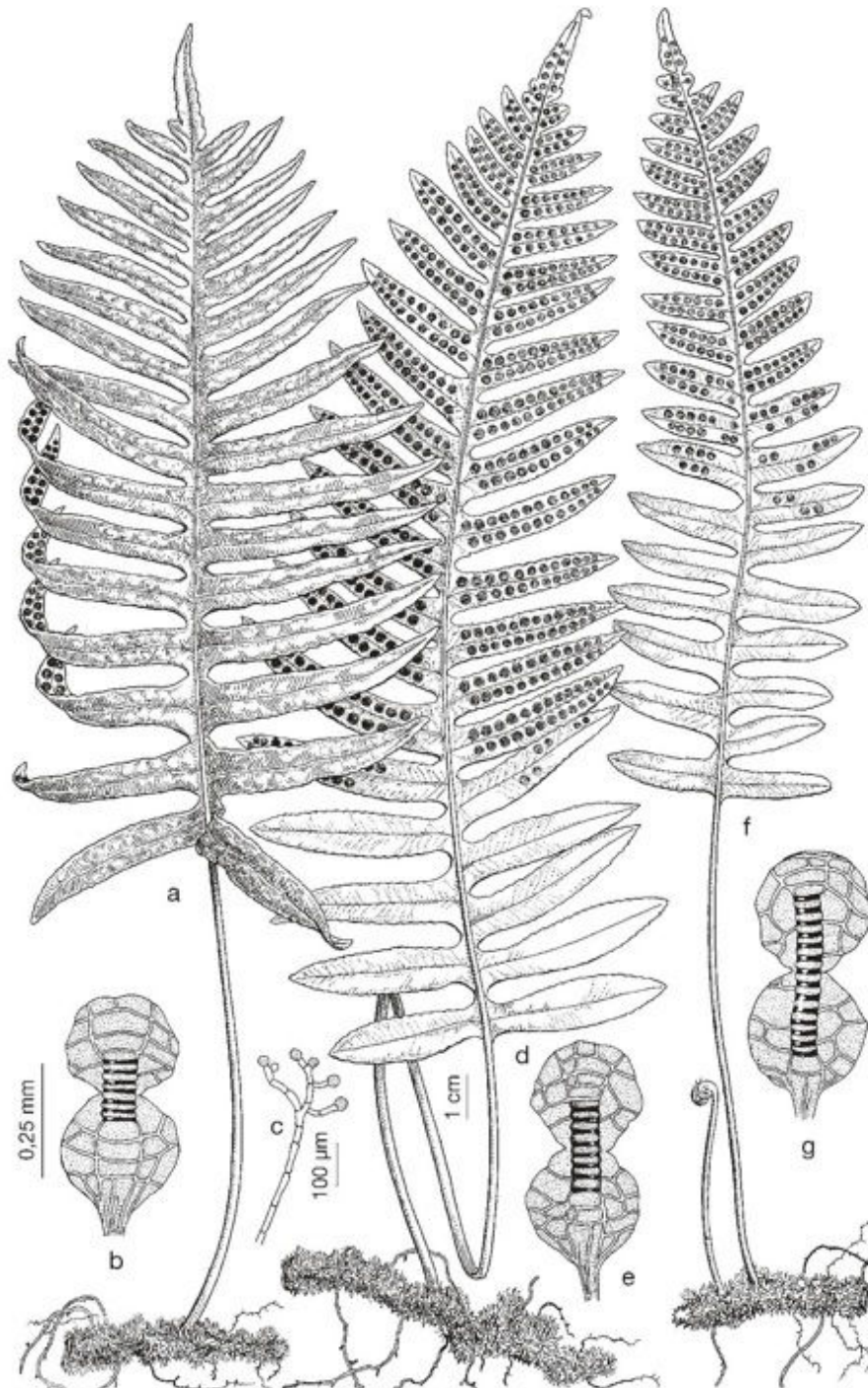
“Bilder ur Nordens Flora”–LINDMAN

### USAGE MEDICINAL – TOXICITE

Chabert, médecin chambérien écrit en 1897 que les gens de la campagne utilisent rhizome du "*fuzdetta*" (polypode), pour détruire le tænia. Ses propriétés purgatives et cholagogues en faisaient un remède des ictères ("jaunisses") et de la constipation (Leclerc, 1927). Aujourd'hui *Polypodium vulgare* ne figure pas dans la pharmacopée française.

## USAGE ALIMENTAIRE

Le polypode commun devient un luxe dans la haute gastronomie d'un chef cuisinier étoilé haut-savoyard qui l'utilise pour aromatiser une sauce accompagnant des cuisses de grenouilles. Beaucoup plus simplement, vous pouvez goûter un petit morceau du rhizome d'un polypode et vous serez surpris de lui trouver une saveur de réglisse !



a / *P. cambricum* - d / *P. interjectum* - f / *P. vulgare*  
(Flora Iberica- <http://www.floravascular.com/>)