

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.

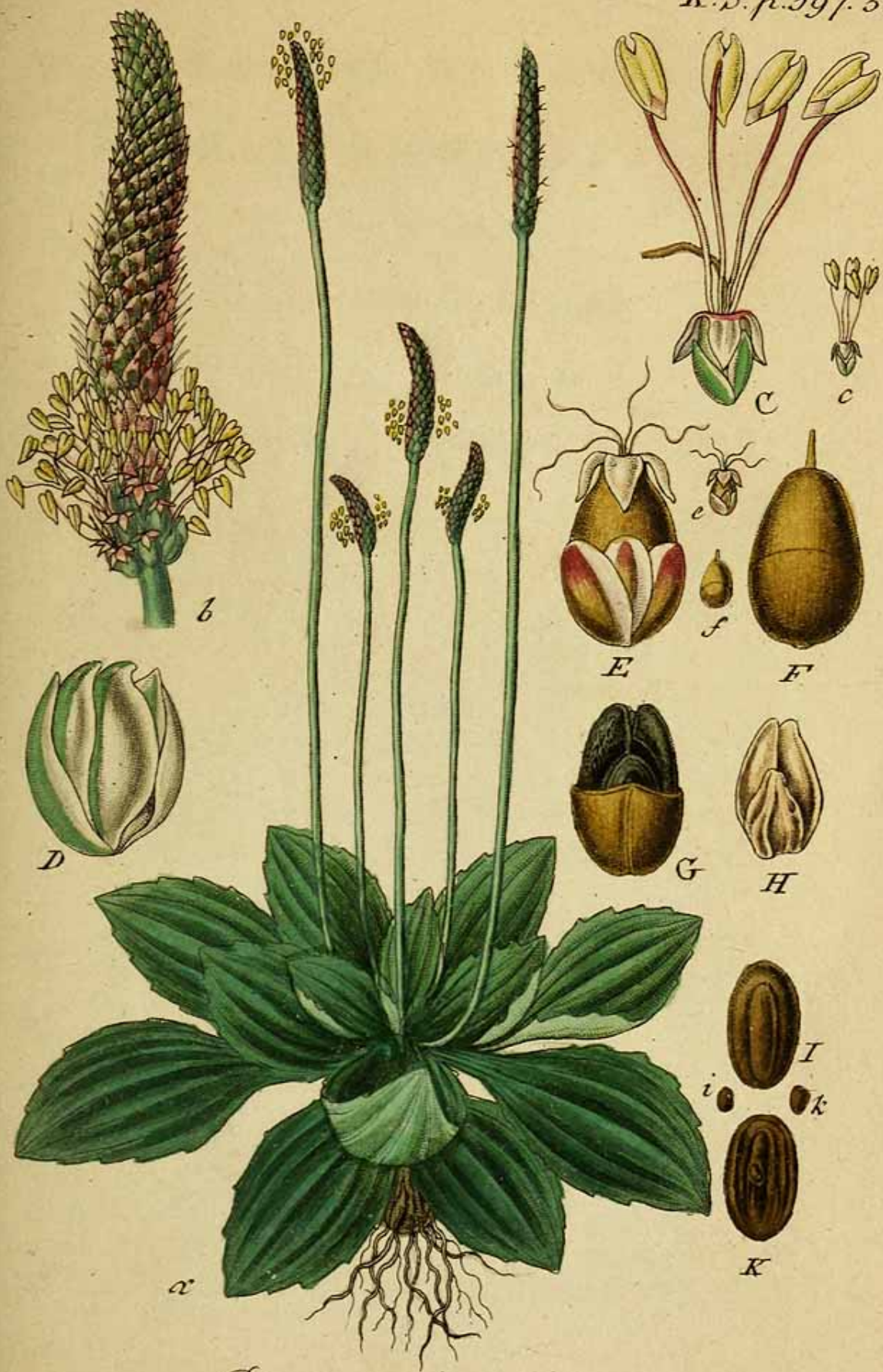
Résistance au gel : -20°C ;

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.





Plantago media L.