

# Epine-vinette

*Berberis vulgaris* (4)

## Autres noms

Vinettier

## Milieux naturels

Haies, pâturages

## Origine

Europe, Asie

## Usages alimentaires

En Iran, les fruits acidulés sont traditionnellement ajoutés au riz. On en fait aussi des gelées ; ils sont très riches en vitamine C. Les jeunes feuilles ont également un goût acidulé, elles sont idéales pour passer la soif en randonnée.

## Usages médicinaux

On l'utilise contre les calculs rénaux ainsi que pour stimuler le foie et l'estomac.

## Le saviez-vous ?

La plante pouvant être vectrice de la rouille du blé, elle a souvent été systématiquement éradiquée afin de protéger les cultures.

**Attention bois, feuilles et écorce sont toxiques à haute dose.**

## Récolte

 printemps-été  septembre-octobre





# **au sujet de ces fiches**

Ce recueil de fiches introduit les espèces arbustives présentes dans le jardin-forêt du pavillon plantamour. Les informations qui y figurent ne sont données qu'à titre purement indicatif. Il ne s'agit pas d'un ouvrage d'identification.

Si la cueillette de fruits et de plantes sauvages est une activité extraordinairement enrichissante, elle demande l'observation de certaines règles, en particulier :

- identifier l'espèce avec une absolue certitude
  - notre flore comprend de nombreuses plantes toxiques ;
- ne prélever que la partie utile de la plante et ne pas piller le milieu ;
- éviter les sites pollués comme les bords de route ou les zones à bétail ;
- déposer les plantes fraîchement cueillies dans un panier ou un sac en tissus aéré ;
- laver soigneusement le fruit de sa récolte.

L'association décline toute responsabilité quant à la consommation de plantes sauvages.