

# Renouée bistorte (*Polygonum bistorta*)

**Noms communs** : Bouïno, Bistorte, Serpentaire, Couleuvrée, Langue de bœuf.

**Famille** : Polygonacées

## Étymologie :

Le nom de la famille "*Polygonum*" vient du grec "*polus*" qui signifie "beaucoup", et "*gonu*" qui signifie "genou". En effet, elle se caractérise par des tiges très noueuses. Le nom de genre "*bistorta*" vient du latin "*bistortus*" qui signifie "tordu deux fois", qui se rapporte à la forme serpentine de son rhizome (tige souterraine).

## Description :

C'est une plante herbacée vivace par un rhizome rougeâtre. D'une hauteur de 20 à 60 cm, elle porte une tige simple.



Ses feuilles sont glauques (d'un vert bleuté), ovales, simples (sans découpe sur les bords), brusquement rétrécies à la base et décurrentes (le limbe de la feuille se prolonge le long du pétiole qui est long et teinté de rose).

Lorsqu'on tire sur la feuille, elle se détache facilement, comme si elle glissait dans un tube. C'est une des caractéristiques de cette plante.

Les feuilles du haut sont pointues, plus minces, triangulaires à lancéolées (en forme de pointe de lance).

Les fleurs sont roses vif en épi unique et dense terminant la tige et large de 1 à 3 cm. Elles sont groupées par deux, l'une étant mâle, l'autre femelle. La floraison se fait de mai à août.

## Biotopes :

On la trouve dans les prairies humides, souvent près de l'eau, au bord des ruisseaux et dans les sols riches en matières organiques.

## Utilisations :

Le rhizome, à forte teneur en tanins, fut autrefois utilisé dans la conservation des peaux.

L'usage médicinal de la bistorte est traditionnel en Europe centrale dans le traitement des inflammations locales, des troubles digestifs et des hémorroïdes. On retrouve des traces de son usage médicinal dans la littérature dès l'époque de Charlemagne. Elle est astringente (Qui resserre les tissus), tonique (Qui redonne du tonus) et vulnéraire (Qui aide à la cicatrisation des plaies).

## Utilisations culinaires :

Les feuilles sont comestibles. On les récolte au début de la croissance et avant que les fleurs n'éclosent, quand elles sont encore tendres. Il est nécessaire d'en enlever la nervure centrale très fibreuse. Il est conseillé de le faire dès la récolte. Lorsque la plante vieillit, les feuilles restent comestibles mais deviennent amères. Il faut alors les blanchir avant de les cuisiner.

Appelée localement bouïne, c'est la plante utilisée traditionnellement pour "faire la soupe". Elle vaut mieux et tartes, gratins, soufflés ou herbe à caillettes et pâtés laissent la place à toutes les déclinaisons culinaires.



Renouée persicaire



Le rhizome, très amer à cause de ses tanins, peut être consommé après écorçage et cuisson à plusieurs eaux.

## Risques de confusion :

Plante inféodée aux milieux humides ou inondés, elle ne cohabite avec aucune autre qui puisse générer des confusions.

La renouée persicaire (*Polygonum amplexicaule*) pousse aussi dans des milieux humides mais ses feuilles sont lancéolées (en forme de pointe de lance) et souvent tachées de violet. Sa tige est rouge. Elle est très amère mais non toxique. C'est une plante tinctoriale, jadis cultivée.