

Obione faux pourpier

Sable - Roche

Halimione portulacoides (L.) Aellen

Amaranthaceae

Principaux synonymes : *Atriplex portulacoides* L., *Chenopodium portulacoides* (L.) Thunb., *Halimus portulacoides* (L.) Dumort.

NOMENCLATURE

Français : obione, obione faux pourpier, arroche faux pourpier

Brezhoneg : troad-gwazi-palud

Cymraeg : eurllys, helys can, llwyls gwryw, llygwyn llyswyddaid, ysgyrfi gwryw

English : sea purslane, salt pan goose foot

Español : cenizo blanco, ceñiglo blanco, sabonera, sayón, verdolaga marítima

BOTANIQUE

L'obione est un sous arbrisseau qui peut atteindre 50 cm de hauteur. Ses tiges couchées portent des feuilles d'un blanc argenté, oblongues, épaisses et charnues. Ses petites fleurs d'un jaune verdâtre, regroupées en panicules, donneront des petites graines brunes.

Il s'enracine dans les galets, les roches et les substrats vaseux, formant des fourrés denses, amassant de la litière fort utile à la biodiversité.



ETHNOBOTANIQUE

Les feuilles de la plante, récoltées au printemps, sont cuisinées en légume. Parfois, elles sont desséchées au four et se dégustent sous forme de chips.

On conserve aussi ses feuilles dans du vinaigre.

CHIMIE DES PRINCIPAUX CONSTITUANTS

La plante est riche en vitamines (C, PP...), caroténoïdes, acides gras, composés phénoliques, stérols et sels minéraux (potassium, sodium, fer, zinc...).

PROPRIÉTÉS PHARMACOLOGIQUES

La plante est anti-inflammatoire, anti-oxydante et immunostimulante.

TOXICITÉ

La littérature consultée ne signale pas de toxicité concernant cette espèce.

L'obione est remédiateur et accumuleur de métaux lourds (cadmium, mercure...).

Il est conseillé de ne pas la récolter dans les zones polluées.

