

# Le chou marin

**Cette herbacée volumineuse, de 30 à 60 cm de hauteur, ressemble à nos choux potagers avec lesquels elle partage la famille des Brassicacées (ex-crucifères).**

---

Mise à jour le 23 juillet  
2021

A partir du mois de mai, le chou marin se couvre d'un grand nombre de petites fleurs blanches qui deviennent par la suite des fruits, appelés silicules, ne produisant en général qu'une seule graine qui sera transportée par la mer.

Les feuilles glabres, charnues et bleutées du Chou marin, appelé aussi crambe maritime, ont longtemps servi de légumes. On prétend qu'il était cultivé au potager royal de Versailles, mais déjà les Romains le ramassaient et le conservaient en barils comme de la choucroute.

Le chou marin pousse sur les bandes de galets, de sables grossiers, les dunes mobiles et parfois les rochers, dans la zone d'influence des embruns des plages continentales ou insulaires. En raison de la régression de ces milieux, essentiellement liée aux aménagements de tout ordre affectant les côtes, le Chou marin est une espèce protégée au niveau national.

La Réserve naturelle en accueille quelques pieds mais la station la plus remarquable de la baie de Saint-Brieuc reste le cordon de galet de la plage des Rosaires à Plérin, ce qui a valu à cette zone d'être intégrée au périmètre Natura 2000.

