

Curcuma longa L., 1753 (Curcuma)

Identifiants : 10332/curlon

Association du Potager de mes/nos Rêves (<https://lepotager-demesreves.fr>)

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 10/05/2024

- Classification phylogénétique :

- Clade : Angiospermes ;
- Clade : Monocotylédones ;
- Clade : Commelinidées ;
- Ordre : Zingiberales ;
- Famille : Zingiberaceae ;

- Classification/taxinomie traditionnelle :

- Règne : Plantae ;
- Division : Magnoliophyta ;
- Classe : Liliopsida ;
- Ordre : Zingiberales ;
- Famille : Zingiberaceae ;
- Genre : Curcuma ;

- Synonymes : Curcuma domestica Valetton 1918 ;

- Synonymes français : safran des Indes, turmeric (anglais) ;

- Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : turmeric, Indian-saffron , Gelbwurzel (de), Kurkuma (de), ukon (jp romaji), ulgeum (ko transcrit), açafraão-da-Índia (pt), açafraão-da-terra (pt,br), açafroeira (pt,br), gengibre-dourada (pt,br), azafraán de la India (es), cúrcuma (es), gurkmeja (sv) ;

- Rusticité (résistance face au froid/gel) : -12/-15°C ;



- Note comestibilité : *****

- Rapport de consommation et comestibilité/consommabilité inférée (partie(s) utilisable(s) et usage(s) alimentaire(s) correspondant(s)) :

Les rhizomes constituent notamment l'un des composants principaux des curries. La préparation de la poudre consiste à faire blanchir les rhizomes pendant 1 à 3 minutes, les faire sécher au soleil pendant 10 à 15 jours (ou dans un séchoir à 65 °C), puis les moulin.

Détails :

Les rhizomes constituent l'un des composants principaux des curries^{0(27(+x))}.

Racine (rhizomes^{0(+x),27(+x)} [nourriture/aliment et/ou assaisonnement^{0(dp*)} : épice^{0(+x)(dp*)}] ; et extrait^(dp*) rhizomes {fécule (arrowroot^{27(+x))}) et feuille (feuilles^{0(+x)} [assaisonnement^(dp*) : herbe^{0(+x)(dp*)}]) comestibles^{0(+x)}.

La préparation de la poudre consiste à faire blanchir les rhizomes pendant 1 à 3 minutes (pour retirer les éventuels champignons et moisissures ; éliminer les mauvaises odeurs et mauvais goûts ; pour éliminer l'air des rhizomes afin d'éviter l'oxydation pendant le stockage), les faire sécher au soleil pendant 10 à 15 jours (ou dans un séchoir à 65 °C), puis les moulin.

Il entre dans la composition de mélanges d'épices de la cuisine indienne : les masalas (indûment appelés curry), dont il constitue l'épice principale, le tandoori masala, le mukhavas (mélange indien de graines pris en fin de repas pour favoriser la digestion), le vadouvan ; ainsi que dans le colombo antillais, le garam masala réunionnais, le ras-el-hanout du Maghreb, le tabil et le curry japonais. Le curcuma est aussi largement utilisé dans les cuisines du monde^{{{{0(+x)}}}}.

Le rhizome de couleur orange est utilisé comme assaisonnement notamment dans le curry. Ils sont également utilisés pour le colorant alimentaire. Ils peuvent être utilisés frais ou bouillis et séchés. Les jeunes pousses sont également mangées. Les fleurs sont rôties et mangées

Partie testée : rhizome séché^{{{{0(+x)}}}} (traduction automatique)

Original : Rhizome dried^{{{{0(+x)}}}}

Taux d'humidité	Énergie (kj)	Énergie (kcal)	Protéines (g)	Pro-vitamines A (µg)	Vitamines C (mg)	Fer (mg)	Zinc (mg)
11.4	1481	353	7.8	0	25.9	41.4	4.4



néant, inconnus ou indéterminés.néant, inconnus ou indéterminés.

- Usages médicaux : Protecteur gastro-intestinal et puissant anti-inflammatoire, il révèle bien d'autres vertus que son simple usage alimentaire. Il soigne les troubles digestifs, apaise les douleurs dues aux gastrites et autres inflammations de l'intestin et joue un rôle protecteur pour l'estomac et le foie. C'est également un anti-cancer, utilisé en phytothérapie sur de nombreuses pathologies. ;

- Illustration(s) (photographie(s) et/ou dessin(s)):



De gauche à droite :

Par Jacquin N.J. von (Hortus botanicus vindobonensis, vol. 3: t. 204, 1776), via plantillustrations

Par Franz Eugen Köhler, Köhler's Medizinal-Pflanzen (List of Koehler Images) [domaine public], via wikimedia

- Autres infos :

dont infos de "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

- Statut :

C'est un légume cultivé commercialement. Une épice importante dans les cultures de riz^{{{{0(+x)}}}} (traduction automatique).

Original : It is a commercially cultivated vegetable. An important spice in rice eating cultures^{{{{0(+x)}}}}.

- Distribution :

C'est une plante tropicale. Il est répandu dans les zones côtières jusqu'à 1000 m d'altitude aux Philippines. Il a besoin d'un climat chaud et humide et d'un sol bien drainé. Le sol doit être meuble pour de bons rhizomes. Les plantes peuvent pousser à l'ombre mais le rendement est inférieur. Les plantes sont sensibles à la sécheresse et au gel. Il a besoin d'une température supérieure à 13 ° C. Il convient aux zones de rusticité 10-11. Au Sichuan et au Yunnan^{{{{0(+x)}}}} (traduction automatique).

Original : It is a tropical plant. It is widespread in coastal areas up to 1000 m altitude in the Philippines. It needs a

hot moist climate and a well drained soil. The soil needs to be loose for good rhizomes. Plants can grow in the shade but the yield is lower. Plants are drought and frost tender. It needs a temperature above 13Å°C. It suits hardiness zones 10-11. In Sichuan and Yunnan^{{{0(+x)}}}.

◦ Localisation :

Afrique, Andamans, Asie, Australie, Bangladesh, Belize, Bhoutan, Brésil, Cambodge, Caraïbes, Chine, Chuuk, République démocratique du Congo, Îles Cook, Costa Rica, Côte d'Ivoire, Cuba, Afrique de l'Est, Timor oriental, Île de Pâques, Éthiopie, Fidji, FSM, Gambie, Guam, Guinée-Bissau, Hawaï, Himalaya, Inde, Indochine, Indonésie, Côte d'Ivoire, Jamaïque, Japon, Kiribati, Laos, Madagascar, Malawi, Malaisie, Maldives, Mariannes, Marquises, Maurice, Micronésie, Mozambique, Myanmar, Népal, Nouvelle-Calédonie, Inde du Nord-Est, Pacifique, Pakistan, Palau, Papouasie-Nouvelle-Guinée, PNG, Pérou, Philippines, Pohnpei, Réunion, Samoa, Sao Tomé-et-Principe, Asie du Sud-Est, Sierra Leone, Sikkim, Slovénie, Amérique du Sud, Sri Lanka, Sainte-Lucie, Taiwan, Thaïlande, Tibet, Timor-Leste, Tonga, Ouganda, USA, Vanuatu, Vietnam, Afrique de l'Ouest, Yap, Zambie^{{{0(+x)}}} (traduction automatique).

Original : Africa, Andamans, Asia, Australia, Bangladesh, Belize, Bhutan, Brazil, Cambodia, Caribbean, China, Chuuk, Congo DR, Cook Islands, Costa Rica, Côte d'Ivoire, Cuba, East Africa, East Timor, Easter Island, Ethiopia, Fiji, FSM, Gambia, Guam, Guinea-Bissau, Hawaii, Himalayas, India, Indochina, Indonesia, Ivory Coast, Jamaica, Japan, Kiribati, Laos, Madagascar, Malawi, Malaysia, Maldives, Marianas, Marquesas, Mauritius, Micronesia, Mozambique, Myanmar, Nepal, New Caledonia, Northeastern India, Pacific, Pakistan, Palau, Papua New Guinea, PNG, Peru, Philippines, Pohnpei, Reunion, Samoa, Sao Tome and Principe, SE Asia, Sierra Leone, Sikkim, Slovenia, South America, Sri Lanka, St Lucia, Taiwan, Thailand, Tibet, Timor-Leste, Tonga, Uganda, USA, Vanuatu, Vietnam, West Africa, Yap, Zambia^{{{0(+x)}}}.

◦ Notes :

Comme Linnaeus a utilisé la mauvaise plante et Koenig a utilisé la bonne, il est recommandé d'utiliser le nom de Valetton. Il existe environ 50 espèces de Curcuma. Ils sont principalement en Asie du Sud-Est. Il a peut-être des propriétés anticancéreuses^{{{0(+x)}}} (traduction automatique).

Original : As Linnaeus used the wrong plant and Koenig used the right one it is recommended that Valetton's name be used. There are about 50 Curcuma species. They are mostly in SE Asia. It possibly has anti-cancer properties^{{{0(+x)}}}.

• Liens, sources et/ou références :

- ⁵"Plants For a Future" (en anglais) : https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Curcuma_longa ;

dont classification :

- "The Plant List" (en anglais) : www.theplantlist.org/tpl1.1/record/kew-235249 ;
- "GRIN" (en anglais) : <https://npgsweb.ars-grin.gov/gringlobal/taxon/taxonomydetail?id=12676> ;

dont livres et bases de données : ⁰"Food Plants International" (en anglais), 27Dictionnaire des plantes comestibles (livre, page 108, par Louis Bubenicek) ;

dont biographie/références de ⁰"FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

Ali, A. M. S., 2005, Homegardens in Smallholder Farming Systems: Examples from Bangladesh. Human Ecology, Vol. 33, No. 2 pp. 245-270 ; Ambasta, S.P. (Ed.), 2000, The Useful Plants of India. CSIR India. p 152 ; Anderson, E. F., 1993, Plants and people of the Golden Triangle. Dioscorides Press. p 208 (As Curcuma domestica) ; Barrau, J., 1976, Subsistence Agriculture in Polynesia and Micronesia. Bernice P. Bishop Museum, Bulletin 223 Honolulu Hawaii. Kraus reprint. p 60 (As Curcuma longa) ; Bodkin, F., 1991, Encyclopedia Botanica. Cornstalk publishing, p 308 (As Curcuma longa) ; Bremness, L., 1994, Herbs. Collins Eyewitness Handbooks. Harper Collins. p 163 (As Curcuma longa) ; Brouk, B., 1975, Plants Consumed by Man. Academic Press, London. p 266, 331 (As Curcuma longa) ; Brown, D., 2002, The Royal Horticultural Society encyclopedia of Herbs and their uses. DK Books. p 186 (As Curcuma longa) ; Brown, W.H., 1920, Wild Food Plants of the Philippines. Bureau of Forestry Bulletin No. 21 Manila. p 37 (As Curcuma longa) ; Bull. Jard. Bot. Buitenzorg ser. 2, 27:31. 1918 ; Burkill, H. M., 1985, The useful plants of west tropical Africa, Vol. 5. Kew. ; Burkill, I.H., 1966, A Dictionary of the Economic Products of the Malay Peninsula. Ministry of Agriculture and Cooperatives, Kuala Lumpur, Malaysia. Vol 1 (A-H) p 716 ; Cheifetz, A., (ed), 1999, 500 popular vegetables, herbs, fruits and nuts for Australian Gardeners. Random House p 123 ; Chin, H. F., 1999, Malaysian Vegetables in Colour. Tropical Press. p 89 ; Cobley, L.S. (rev. Steele, W.M.) 2nd Ed., 1976, An Introduction to the Botany of Tropical Crops. Longmans. p 232 ; Cundall, P., (ed.), 2004, Gardening Australia: flora: the gardener's bible. ABC Books. p 447 (As Curcuma longa) ; Dhyani, S.K., & Sharma, R.V., 1987, Exploration of Socio-economic plant resources of Vyasi Valley in Tehri Garwhal. J. Econ. Tax. Bot. Vol. 9 No. 2 pp 299-310 ; Esperanca, M. J., 1988, Surviving in the wild. A glance at the wild plants and their uses. Vol. 2. p 294 ; Facciola, S., 1998, Cornucopia 2: a Source Book of Edible Plants. Kampong Publications, p 248 ; Foo, J.T.S.(ed), 1996, A Guide to Common Vegetables. Singapore Science Foundation. p 149 ; Fowler, D. G., 2007, Zambian Plants: Their

Vernacular Names and Uses. Kew. p 74 (*As Curcuma domestica*) ; French, B.R., 1986, *Food Plants of Papua New Guinea, A Compendium*. Asia Pacific Science Foundation p 338 (*As Curcuma longa*) ; French, B.R., 2010, *Food Plants of Solomon Islands. A Compendium*. Food Plants International Inc. p 315 (*As Curcuma domestica*) ; Hani Medicine of Xishuangbanna, 1999, p 439 (*As Curcuma longa*) ; Hedrick, U.P., 1919, (Ed.), *Sturtevant's edible plants of the world*. p 254 ; Heywood, V.H., Brummitt, R.K., Culham, A., and Seberg, O., 2007, *Flowering Plant Families of the World*. Royal Botanical Gardens, Kew. p 409 ; Hemphill, I, 2002, *Spice Notes*. Macmillan. p 396 ; Hibbert, M., 2002, *The Aussie Plant Finder 2002, Florilegium*. p 78 (*As Curcuma longa*) ; Hutton, W., 1997, *Tropical Herbs and Spices of Indonesia*. Periplus. p 57 ; Hu, Shiu-ying, 2005, *Food Plants of China*. The Chinese University Press. p 327 (*As Curcuma domestica*) ; Jacquat, C., 1990, *Plants from the Markets of Thailand*. D.K. Book House p 116 ; Jansen, P.C.M., 2005. *Curcuma longa* L. [Internet] Record from Protabase. Jansen, P.C.M. & Cardon, D. (Editors). PROTA (Plant Resources of Tropical Africa), Wageningen, Netherlands. {{{ <https://database.prota.org/search.htm>}. Accessed 15 October 2009. ; Japanese International Research Centre for Agricultural Science www.jircas.affrc.go.jp/project/value_addition/Vegetables ; Johnson, N., 2002, *Environmental Change in northern Thailand: Impact on Wild Edible Plant Availability*. *Ecology of Food and Nutrition*, 41: 5, 373-399 ; Kays, S. J., and Dias, J. C. S., 1995, *Common Names of Commercially Cultivated Vegetables of the World in 15 languages*. *Economic Botany*, Vol. 49, No. 2, pp. 115-152 ; Kiple, K.F. & Ornelas, K.C., (eds), 2000, *The Cambridge World History of Food*. CUP p 434 (*As Curcuma longa*), p 1873 ; Kuo, W. H. J., (Ed.) *Taiwan's Ethnobotanical Database (1900-2000)*, <https://tk.agron.ntu.edu.tw/ethnobot/DB1.htm> ; Kybal, J., 1980, *Herbs and Spices, A Hamlyn Colour Guide*, Hamlyn Sydney p 90 (*As Curcuma longa*) ; Lamont, S.R., et al, 1999, *Species composition, and use of Homegardens among three Amazonian Villages*. *Economic Botany* 53(3) pp 312-326 (*As Curcuma longa*) ; Larsen, K., Ibrahim, H., Khaw, S.H., & Saw, L.G., 1999, *Gingers of Peninsula Malaysia and Singapore*. *Natural History Publications (Borneo)*. p 44 ; Lazarides, M. & Hince, B., 1993, *Handbook of Economic Plants of Australia*, CSIRO. p 70 (*As Curcuma longa*) ; Lembaga Biologi Nasional, 1977, *Ubi-Ubian, Balai Pustaka, Jakarta*. p 52 ; Malaisse, F., 1997, *Se nourrir en foret claire africaine. Approche ecologique et nutritionnelle*. CTA., p 61 ; Manandhar, N.P., 2002, *Plants and People of Nepal*. Timber Press. Portland, Oregon. p 181 ; Marinelli, J. (Ed), 2004, *Plant. DK*. p 232 ; Martin, F.W. & Ruberte, R.M., 1979, *Edible Leaves of the Tropics*. Antillian College Press, Mayaguez, Puerto Rico. p 98 ; Martin, F.W. & Ruberte, R.M., 1979, *Edible Leaves of the Tropics*. Antillian College Press, Mayaguez, Puerto Rico. p 225 (*As Curcuma longa*) ; McMakin, P.D., 2000, *Flowering Plants of Thailand. A Field Guide*. White Lotus. p 40 ; Molla, A., *Ethiopian Plant Names*. <https://www.ethiopic.com/aplants.htm> ; Mulherin, J., 1994, *Spices and natural flavourings*. Tiger Books, London. p 92 ; Niwano, Y. et al., 2009, *Extensive Screening for Plant Foodstuffs in Okinawa, Japan with Anti-Obese Activity on Adipocytes, in vitro*. *Plant Foods in Human Nutrition* 64:6-10 ; Norrington, L., & Campbell, C., 2001, *Tropical Food Gardens*. Blooming Books. p 75 ; Owen, S., 1993, *Indonesian Food and Cookery*, INDIRA reprints. p 70 ; Peekel, P.G., 1984, (Translation E.E.Henty), *Flora of the Bismarck Archipelago for Naturalists*, Division of Botany, Lae, PNG. p 109, 108 (*As Curcuma longa*) ; Phon, P., 2000, *Plants used in Cambodia*. © Pauline Dy Phon, Phnom Penh, Cambodia. p 184 ; Powell, J.M., *Ethnobotany*. In *Pajmans, K., 1976, New Guinea Vegetation*. Australian National University Press. p 109 ; PROSEA (Plant Resources of South East Asia) handbook, Volume 13, 1999, *Herbs and spices* ; Purseglove, J.W., 1972, *Tropical Crops. Monocotyledons*. Longmans p 522 ; Rashid, H. E., 1977, *Geography of Bangladesh*. Westview. p 280 ; Recher, P., 2001, *Fruit Spirit Botanical Gardens Plant Index*. www.nrg.com.au/~recher/seedlist.html p 4 ; Sawian, J. T., et al, 2007, *Wild edible plants of Meghalaya, North-east India*. *Natural Product Radiance* Vol. 6(5): p 415 ; Smith, A.C., 1979, *Flora Vitiensis Nova, Lawaii, Kuai, Hawaii*, Volume 1 p 196 ; Smith, P.M., 1979, *Turmeric*, in *Simmonds, N.W., (ed), Crop Plant Evolution*. Longmans. London. p 322 (*As Curcuma longa*) ; Solomon, C., 2001, *Encyclopedia of Asian Food*. New Holland. p 390 ; Staples, G.W. and Herbst, D.R., 2005, *A tropical Garden Flora*. Bishop Museum Press, Honolulu, Hawaii. p 763 ; Terra, G.J.A., 1973, *Tropical Vegetables*. Communication 54e Royal Tropical Institute, Amsterdam, p 42 (*As Curcuma longa*) ; Thaman, R.R., 1976, *The Tongan Agricultural System*, University of the South Pacific, Suva, Fiji. p 393 (*As Curcuma longa*) ; van Wyk, B., 2005, *Food Plants of the World. An illustrated guide*. Timber press. p 164 (*As Curcuma longa*) ; Vickery, M.L. and Vickery, B., 1979, *Plant Products of Tropical Africa*, Macmillan. p 87 (*As Curcuma longa*) ; Walter, A. & Lebot, V., 2007, *Gardens of Oceania*. ACIAR Monograph No. 122. p 265 ; Williams, C.N., Chew, W.Y., and Rajaratnam, J.A., 1989, *Tree and Field Crops of the Wetter Regions of the Tropics*. Longman, p 231 ; Williamson, J., 2005, *Useful Plants of Malawi*. 3rd. Edition. Mdadzi Book Trust. p 91 ; Woodward, P., 2000, *Asian Herbs and Vegetables*. Hyland House. p 62 (*As Curcuma longa*) ; Wu Delin, Larsen, K., *Zingiberaceae. Flora of China*. (*As Curcuma longa*) ; Yuncker, T.G., 1959, *Plants of Tonga*, Bernice P. Bishop Museum, Hawaii, Bulletin 220. p 86 (*As Curcuma longa*)