Perilla frutescens (L.) Britton, 1894 cv. 'Rouge' (Shiso)

Identifiants : 23677/perfru4

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 : Dicotylédones vraies ;***
    - ***Clade : Astéridées ;***
    - ***Clade : Lamiidées ;***
    - ***Ordre : Lamiales ;***
    - ***Famille : Lamiaceae ;***
- ***Classification/taxinomie traditionnelle :***
    - ***Règne : Plantae ;***
    - ***Division : Magnoliophyta ;***
    - ***Classe : Magnoliopsida ;***
    - ***Ordre : Lamiales ;***
    - ***Famille : Lamiaceae ;***
    - ***Genre : Perilla ;***
- ***Synonymes : Perilla nankingensis Decne, Perilla arguta Benth, Perilla crispa, Ocimum frutescens Linnaeus, Melissa cretica Loureiro, Melissa maxima Arduino, Mentha perilloides Lamarck, Perilla avium Dunn, Perilla ocymoides Linnaeus, Perilla urticaefolia Salisbury ;***
- ***Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : Perilla, Beefsteak plant , Angami, Arim, Bai-su-zi, Ban tulsi, Bhangiro, Bhanjira, Che-so, Chiso, Deulkkae, Egoma, Gee so, Jen, Jhutela, Kenia, Kkaennip, Naga machala, Ngaa khee mon, Perille verte cultivee, Ri ben bai su, Seelam, Shan-hnan, Shiso, Silam, Silame, Sipui, Snem, Sookloti, Tanam, Thi, Tia To, Zhou bai su, Zi su ;***

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

  Partie(s) comestible(s)$^{\{\{\{0(+x)}$: feuilles, graines - épice, fleurs, graines - huile, légume$^{\{\{\{0(+x)\mu.}$

  $^{Utilisation(s)/usage(s)\mu\{\{\{0(+x)}$ culinaire(s) :

  -les jeunes feuilles, les fleurs et les graines sont consommées cuites ; elles peuvent être séchées et utilisées plus tard ; elles sont également utilisées pour l'assaisonnement ; feuilles cuites comme potherbe$^{\{\{\{(dp*)}$.

  -les jeunes cotylédons sont mis à germer et mangés ;

  -les graines grillées sont picklées ;

  -l'huile des graines est utilisée comme ingrédient dans la cuisine ;

  -elles sont utilisée pour améliorer le goût de curry$^{\{\{\{0(+x)}$ (s'agit-il des graines, des feuilles, de l'huile ou des trois ? (qp*)).(1*)

  Les jeunes feuilles, fleurs et graines sont consommées cuites. Ils peuvent être séchés et utilisés plus tard. Ils sont également utilisés pour l'aromatisation. Ils sont utilisés dans le chutney. Les jeunes cotylédons sont germés et mangés. Les graines grillées sont marinées. L'huile de graines est utilisée comme ingrédient en cuisine. Ils sont utilisés pour améliorer le goût du curry. Attention: Les formes sauvages sont toxiques à cause des cétones. Ce sont des toxines pour le foie

***Partie testée : feuilles**{{{0(+x) (traduction automatique)*
***Original : Leaves**{{{0(+x)*

Taux d'humidité	Énergie (kj)	Énergie (kcal)	Protéines (g)	Pro-vitamines A (µg)	Vitamines C (mg)	Fer (mg)	Zinc (mg)
86	176	42	3.4	0	0	6.7	0

***néant, inconnus ou indéterminés.(1*)ATTENTION**0(+x)* ***: les formes sauvages sont toxiques pour le foie, en raison de cétones**{{{0(+x)*.

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

Par inconnu, via aujardin

- ***Liens, sources et/ou références :***

dont classification :