

Amaranthus hypochondriacus L., 1753 (Amaranthe géante à grains)

Identifiants : 480/amahyp

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze ([Le Potager de mes/nos Rêves](#))
Dernière modification le 24/09/2020

• Classification/taxinomie :

- Ordre : Caryophyllales ;
- Famille : Amaranthaceae ;
- Sous-famille : Amaranthoideae ;
- Tribu : x ;
- Sous-tribu : x ;
- Sous-genre : x ;
- Section : x ;
- Nom complet : ? ;

- Synonymes : x (=) basionym, *Amaranthus flavus* L. 1759, *Amaranthus hypochondriacus* (nom invalide [erreur = écriture/orthographe incorrecte/fausse/erronée] ou variante orthographique valide ? (qp*)) ;
- Synonymes français : amarante-grain géante, amarante géante à grain, caruru, amarante jaune, amarante jaune ;
- Nom(s) anglais et/ou international(aux) : Prince of Wales-feather, prince's-feather, prince's-feather amaranth, amaranthus, velvet flower , qian sui gu (cn transcrit), Trauer-Fuchsschwanz (de), caruru (br) ;



- Rapport de consommation et comestibilité/comestibilité inférée (partie(s) utilisable(s) et usage(s) alimentaire(s) correspondant(s)) : Feuille (jeunes et/ou tendres, dont pousses et tiges ; crues μ 1 μ ou cuites μ 1,32 μ [nourriture/aliment : légume μ ~1,2(dp*) μ , salade μ ~1 μ]), fleur μ 1 μ (jeunes inflorescences μ 32 μ (dont bourgeons) ; cuites μ 1 μ) et graines séchées [nourriture/aliment : pseudo-céréale2 μ (dp*) μ] : crues μ 1 μ ou cuites (rôties) μ 1 μ ; dont germes μ 1 μ) comestibles.(1 μ *) ;

Au Brésil, cette espèce et l'*A. blitum* L. se mangent comme les Épinards. On les confond toutes les deux sous le nom vulgaire de Caruru μ {{~76(+x) μ . ;



Précautions à prendre :

(1*)La plante contient de l'acide oxalique qui est toxique : selon les proportions consommées et la personne, celui-ci peut endommager les reins si il est ingéré régulièrement pendant plusieurs mois.1 Cependant, certains légumes, comme l'épinard ou la blette, en contiennent dans des concentrations équivalentes ou supérieures sans que ceux-ci ne soient considérés comme dangereux ; de plus l'acide en question est soluble dans l'eau (proportionnellement à la température80) et peut donc être éliminé en changeant simplement l'eau de cuisson ; enfin, en y ajoutant du lait (ou tout autre produit laitier), une partie de cette acide se lie au calcium le rendant ainsi inoffensif.1 Il sera tout de même conseillé de ne pas en abuser μ (dp*) μ , plus particulièrement aux personnes souffrants de problèmes rénaux et/ou ayant une tendance aux rhumatismes (polyarthrite rhumatoïde, arthrite, goutte, calculs rénaux ou hyperacidité), pour lesquelles il sera même fortement recommandé de limiter ou d'éviter complètement cette consommation potentiellement néfaste (étant donné qu'elle peut aggraver leur état) ou tout au moins de prendre des précautions particulières dès lors que cette plante est incluse (ou prévue) dans leur régime alimentaire μ <5 μ .

- Catégories principales : ornemental, pseudo-céréale, lé ;
- Catégories : pscf, salades, légumes, pl, bgs, gg1, pch ;
- Arôme et/ou texture : douce, discrète, très peu amère (plante entière?), céréale (graines) ;
- Liens, sources et/ou références :

dont classification :

- ["The Plant List" \(en anglais\)](#) ;
- ²["GRIN" \(en anglais\)](#) ;
- [INPI \(recherche, en anglais\)](#) ;

dont Google (recherche de/pour) "Amaranthus hypochondriacus" : [pages](#), [images](#) / "Amaranthe géante à grains" : [pages](#) ;

dont livres et bases de données : 1*Plantes sauvages comestibles (livre pages 100 et 101, par S.G. Fleischhauer, J. Guthmann et R. Spiegelberger)*, 32*Herbier gourmand (livre par Marc Veyrat et François Couplan)*, 76*Le Potager d'un curieux - histoire, culture et usages de 250 plantes comestibles peu connues ou inconnues (livre, page 14 [Amaranthus flavus L.], par A. Paillieux et D. Bois)* ;