

Lupinus angustifolius L., 1753 (Lupin à feuilles étroites)

Identifiants : 2092/lupang

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze ([Le Potager de mes/nos Rêves](#))
Dernière modification le 18/09/2020

- Classification/taxinomie :

- Famille : Leguminosae ;

- Synonymes français : lupin à folioles étroites, lupin bleu, petit lupin bleu, lupin petit bleu, lupin à café ;

- Nom(s) anglais et/ou international(aux) : blue lupin, narrow-leaved lupin, European blue lupine, narrow-leaf lupin (narrowleaf lupine), New Zealand blue lupin, sweet lupinseed, altramuz azul (es), altramuz silvestre (es), lupino azul (es), blauwe Lupine (nl), llobí bord (cat), lupino azzurro (it), lupino selvatico (it), schmalblättrige Lupine (de), blaue Lupine (de), tremçozeiro-azul (pt), blålupin (sv), fingerlupin (sv) ;



- Note : ****

- Note perso : ***?

- Rapport de consommation et comestibilité/consommabilité inférée (partie(s) utilisable(s) et usage(s) alimentaire(s) correspondant(s)) : Fruit (graines μ 0(5(+),+x),27(+x) μ cuites μ 5(+) μ [nourriture/aliment μ 0(5(+),+x) μ {comme légume, protéine végétale μ 5(+) μ ; pseudo-céréale secondaire : farine μ 0(5(+),+x) μ]) comestible μ 0(5(+),+x),27(+x) μ .(1*) ;

Partie(s) comestible(s) μ 0(5(+),+x),27(+x) μ et usage/utilisation μ 0(5(+),+x) μ : graines μ 0(5(+),+x),27(+x) μ - cuites μ 5(+) μ ; utilisées comme protéine végétale (légume riche en protéines) ou dans des plats salés à la manière des haricots ; ils peuvent aussi être torréfiés ou moulus en poudre ; si la graine est amère, cela est dû à la présence d'alcaloïdes toxiques et la graine doit être soigneusement lessivée avant d'être cuite μ 5(+) μ ; les graines de sélections/variétés/cultivars faibles en alcaloïdes sont utilisées dans la préparation de tempeh μ 0(5(+),+x) μ .(1*) ;



Précautions à prendre :

(1*)ATTENTION μ 0(+x) μ : des variétés/cultivars correctes/adaptées doivent être choisies, les autres sont toxiques μ 0(+x) μ ; les graines de nombreuses espèces de lupin contiennent des alcaloïdes toxiques au goût amer, bien qu'il existe des variétés/cultivars souvent douces au sein de ces espèces qui sont complètement saines ; le goût est un indicateur très clair ; ces alcaloïdes toxiques peuvent être drainés hors de la graine par trempage pendant la nuit et jetage de l'eau de trempage ; il peut également être nécessaire de changer l'eau une fois pendant la cuisson ; les toxines fongiques envahissent aussi facilement la graine broyée et peuvent causer des maladies chroniques μ 5(+) μ . Plante protégée en Centre et Midi-Pyrénées μ <TB μ .

- Catégories : pscf ;

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



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

- ["Plants for a Future" \(en anglais\) et sa traduction \(Plantes d'avenir\) ;](#)
- **Tela Botanica** : <https://www.tela-botanica.org/bdtfx-nn-40162> ;
- **INPN** : https://inpn.mnhn.fr/espece/cd_nom/106766 ;
- **FloreAlpes** :
https://www.floreAlpes.com/fiche_lupinusangustian.php?PHPSESSID=007e613d5439c0b2945d31d8492e8918 ;

dont classification :

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

dont Google (recherche de/pour) "Lupinus angustifolius" : [pages](#), [images](#) | **"Lupin à feuilles étroites" :** [pages](#) ;

dont livres et bases de données : 0"FOOD PLANTS INTERNATIONAL" (en anglais), 27Dictionnaire des plantes comestibles (livre, page 181, par Louis Bubenicek) ;

dont biographie/références de "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

Ambasta, S.P. (Ed.), 2000, The Useful Plants of India. CSIR India. p 340 ; Blamey, M and Grey-Wilson, C., 2005, Wild flowers of the Mediterranean. A & C Black London. p 85 ; Facciola, S., 1998, Cornucopia 2: a Source Book of Edible Plants. Kampong Publications, p 107 ; Hussey, B.M.J., Keighery, G.J., Cousens, R.D., Dodd, J., Lloyd, S.G., 1997, Western Weeds. A guide to the weeds of Western Australia. Plant Protection Society of Western Australia. p 152 ; ILDIS Legumes of the World <http://www.ildis.org/Legume/Web> ; INFOODSUpdatedFGU-list.xls ; Kiple, K.F. & Ornelas, K.C., (eds), 2000, The Cambridge World History of Food. CUP p 1728 ; Paczkowska, G. & Chapman, A.R., 2000, The Western Australian Flora. A Descriptive Catalogue. Western Australian Herbarium. p 439 ; Plants for a Future database, The Field, Penpol, Lostwithiel, Cornwall, PL22 0NG, UK.