

Sesamum indicum L., 1753 (Sésame)

Identifiants : 3112/sesind

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze ([Le Potager de mes/nos Rêves](#))
Dernière modification le 27/09/2020

- **Classification/taxinomie :**
 - Famille : Pedaliaceae ;
- **Synonymes français :** sésame noir, sésame blanc, benne, beni ;
- **Nom(s) anglais et/ou international(aux) :** beniseed, benneseed, benniseed, sesame, oil-seed sesame , hu ma (cn transcrit), zhi ma (cn transcrit), gingelly (in), til (in), sesamo (it), goma (jp romaji), chamkkae (ko transcrit), gergelim (pt), gimgelim (pt), ajonjolí (es), sésamo (es), simsim (sw), ufuta (sw), wangila (sw), sesam (sv), beni (local), benne (local), Sesam (de) ;
- **Rapport de consommation et comestibilité/consommabilité inférée (partie(s) utilisable(s) et usage(s) alimentaire(s) correspondant(s)) :** Partie(s) comestible(s)μ{{0(+x)μ : graines, feuilles, épice, graines - huile, légumeμ{{0(+x)μ.
Utilisation(s)/usage(s)μ{{0(+x)μ culinaires :
 - les graines sont broyées et mangées ; elles sont utilisées dans les soupes ou frites ou bouillies ; elles sont utilisées dans le tahini et le houmous ; les graines sont consommées sous forme de sucreries ; les graines grillées sont utilisées dans les pickles ; ellee sont également ajoutées au painμ{{0(+x)μ ou utilisées pour fabriquer un lait végétalμ{{(dp*)μ.;
 - l'huile de graines est utilisée en cuisine et sur les salades ;
 - les déchets des graines, après que l'huile ait été extraite, sont bouillis dans de l'eau et ajoutés aux soupesμ{{0(+x)μ.



Précautions à prendre :

néant, inconnus ou indéterminés.

- **Catégories :** pcg ;
- **Liens, sources et/ou références :**
 - **Wikipedia :**
 - <https://fr.wikipedia.org/wiki/S%C3%A9same> (en français) ;
 - <https://de.wikipedia.org/wiki/Sesam> (source en allemand) ;
 - **PASSEPORTSANTÉ.NET :**
https://www.passeportsante.net/fr/Nutrition/EncyclopedieAliments/Fiche.aspx?doc=sesame_nu ;
 - **Ekopedia :** <https://fr.ekopedia.org/S%C3%A9same> ;

dont classification :

- "The Plant List" (en anglais) ;
- "GRIN" (en anglais) ;
- INPI (recherche, en anglais) ;

dont Google (recherche de/pour) "Sesamum indicum" : [pages](#), [images](#) / "Sésame" : [pages](#) ;

dont livres et bases de données : 0"FOOD PLANTS INTERNATIONAL " (en anglais) ;

dont biographie/références de "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

Abbiw, D.K., 1990, Useful Plants of Ghana. West African uses of wild and cultivated plants. Intermediate Technology Publications and the Royal Botanic Gardens, Kew. p 40 ; Achigan-Dako, E, et al (Eds), 2009, Catalogue of Traditional Vegetables in Benin. International Foundation for Science. ; Altschul, S.V.R., 1973, Drugs and Foods from Little-known Plants. Notes in Harvard University Herbaria. Harvard Univ. Press. Massachusetts. no. 4099 ;

Ambasta, S.P. (Ed.), 2000, *The Useful Plants of India*. CSIR India. p 568 ; Anderson, E. F., 1993, *Plants and people of the Golden Triangle*. Dioscorides Press. p 221 ; Bernholt, H. et al, 2009, *Plant species richness and diversity in urban and peri-urban gardens of Niamey, Niger*. *Agroforestry Systems* 77:159-179 ; BHANDARI, ; Bianchini, F., Corbetta, F., and Pistoia, M., 1975, *Fruits of the Earth*. Cassell. p 236 ; Bodkin, F., 1991, *Encyclopedia Botanica*. Cornstalk publishing, p 928 ; Bremness, L., 1994, *Herbs*. Collins Eyewitness Handbooks. Harper Collins. p 269 ; Burkill, H. M., 1985, *The useful plants of west tropical Africa*, Vol. 4. Kew. ; Burkill, I.H., 1966, *A Dictionary of the Economic Products of the Malay Peninsula*. Ministry of Agriculture and Cooperatives, Kuala Lumpur, Malaysia. Vol 2 (I-Z) p 2030 ; Cheifetz, A., (ed), 1999, *500 popular vegetables, herbs, fruits and nuts for Australian Gardeners*. Random House p 158 (As *Sesamum orientale*) ; Cogley, L.S. (rev. Steele, W.M.) 2nd Ed., 1976, *An Introduction to the Botany of Tropical Crops*. Longmans. p 299 ; Creasy, R., 2000, *The Edible Asian Garden*. Periplus p 53 ; Cundall, P., (ed.), 2004, *Gardening Australia: flora: the gardener's bible*. ABC Books. p 1338 ; 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 217 ; Facciola, S., 1998, *Cornucopia 2: a Source Book of Edible Plants*. Kampong Publications, p 168 ; FAO, 1988, *Traditrtland, Oregon*. p 424 (As *Sesamum orientale*) ; Grubben, G. J. H. and Denton, O. A. (eds), 2004, *Plant Resources of Tropical Africa 2. Vegetables*. PROTA, Wageningen, Netherlands. p 564 ; Malaisse, F., 1997, *Se nourrir en floret claire africaine. Approche ecologique et nutritionnelle*. CTA., p 69 ; Martin, F.W. & Ruberte, R.M., 1979, *Edible Leaves of the Tropics*. Antillian College Press, Mayaguez, Puerto Rico. p 211 (As *Sesamum orientale*) ; Martin, F.W. & Ruberte, R.M., 1979, *Edible Leaves of the Tropics*. Antillian College Press, Mayaguez, Puerto Rico. p 48 ; Maundu, P. et al, 1999, *Traditional Food Plants of Kenya*. National Museum of Kenya. 288p ; Menninger, E.A., 1977, *Edible Nuts of the World*. Horticultural Books. Florida p 84 ; Mertz, O., Lykke, A. M., and Reenberg, A., 2001, *Importance and Seasonality of Vegetable Consumption and Marketing in Burkina Faso*. *Economic Botany*, 55(2):276-289 ; Molla, A., *Ethiopian Plant Names*. <http://www.ethiopic.com/aplants.htm> ; Morley, B.D., & Toelken, H.R., (Eds), 1983, *Flowering Plants in Australia*. Rigby. p 275 (As *Sesamum orientale*) ; Mulherin, J., 1994, *Spices and natural flavourings*. Tiger Books, London. p 82 ; Nayar, N.M., 1979, *Sesame, in Simmonds, N.W., (ed), Crop Plant Evolution*. Longmans. London. p 231 ; Ochse, ; Peters, C. R., O'Brien, E. M., and Drummond, R.B., 1992, *Edible Wild plants of Sub-saharan Africa*. Kew. p 160 ; Phon, P., 2000, *Plants used in Cambodia*. © Pauline Dy Phon, Phnom Penh, Cambodia. p 554 ; *Plants for a Future database, The Field, Penpol, Lostwithiel, Cornwall, PL22 0NG, UK*. <http://www.scs.leeds.ac.uk/pfaf/> ; *Plants of Haiti Smithsonian Institute* [http://botany.si.edu/antilles/West Indies](http://botany.si.edu/antilles/West%20Indies) ; Polunin, O., & Stainton, A., 2006, *Flowers of the Himalaya*, Oxford India Paperbacks. p 311 (As *Sesamum orientale*) ; PROSEA handbook Volume 13 Spices. p 279 (As *Sesamum orientale*) ; Pursglove, J.W., 1968, *Tropical Crops Dicotyledons*, Longmans. p 430 ; Rashid, H. E., 1977, *Geography of Bangladesh*. Westview. p 285 ; *Royal Botanic Gardens, Kew (1999). Survey of Economic Plants for Arid and Semi-Arid Lands (SEPASAL) database*. Published on the Internet; <http://www.rbkgkew.org.uk/ceb/sepasal/internet> [Accessed 5th May 2011] ; Seegeler, C.J.P., 1989, *Sesamum orientale L. (Pedaliaceae): sesame's correct name*. *Taxon* 38:656-659 ; Smith, A.C., 1991, *Flora Vitiensis Nova, Lawaii, Kuai, Hawaii, Volume 5* p 139 ; Smith, N., Mori, S.A., et al, 2004, *Flowering Plants of the Neotropics*. Princeton. p 288 (Drawing), Plate 36 (Photo) ; Solomon, C., 2001, *Encyclopedia of Asian Food*. New Holland. p 337 ; Sp. pl. 2:634. 1753 - first united with *S. orientale* by DC., Pl. rar. jard. Geneve 16-19. 1825, effectively satisfying ICBN Art. 11.5, despite arguments in *Taxon* 38:656-659. 1989 ; Srivastava, R. C., 2010, *Traditional knowledge of Nyishi (Daffla) tribe of Arunachal Pradesh*. *Indian Journal of Traditional Knowledge*. 9(1):26-37 ; Staples, G.W. and Herbst, D.R., 2005, *A tropical Garden Flora*. Bishop Museum Press, Honolulu, Hawaii. p 452 ; *Swaziland's Flora Database* <http://www.sntc.org.sz/flora> ; Terra, G.J.A., 1973, *Tropical Vegetables*. Communication 54e Royal Tropical Institute, Amsterdam, p 71 (As *Sesamum orientale*) ; Thothathri, K., & Pal, G.D., 1987, *Further Contribution to the Ethnobotany of Subansiri District, Aranchal Pradesh*. *J. Econ. Tax. Bot.* Vol. 10 No. 1 pp 149-157 ; USDA, ARS, National Genetic Resources Program. Germplasm Resources Information Network - (GRIN). [Online Database] National Germplasm Resources Laboratory, Beltsville, Maryland. Available: www.ars-grin.gov/cgi-bin/npgs/html/econ.pl (10 April 2000) ; van Wyk, B., 2005, *Food Plants of the World. An illustrated guide*. Timber press. p 344 ; van Wyk, B., & Gericke, N., 2007, *People's plants. A Guide to Useful Plants of Southern Africa*. Briza. p 24 ; Vickery, M.L. and Vickery, B., 1979, *Plant Products of Tropical Africa*, Macmillan. p 31 ; Williamson, J., 2005, *Useful Plants of Malawi*. 3rd. Edition. Mdadzi Book Trust. p 225 ; Zon, A.P.M. van der, Grubben, G.J.H., 1976, *Les legumes-feuilles spontanés et cultivés du Sud-Dahomey*, Communication 65, Royal Tropical Institute, Amsterdam, p 88, 892004, *Flowering Plants of the Neotropics*. Princeton. p 288 (Drawing), Plate 36 (Photo) ; Solomon, C., 2001, *Encyclopedia of Asian Food*. New Holland. p 337 ; Sp. pl. 2:634. 1753 - first united with *S. orientale* by DC., Pl. rar. jard. Geneve 16-19. 1825, effectively satisfying ICBN Art. 11.5, despite arguments in *Taxon* 38:656-659. 1989 ; Staples, G.W. and Herbst, D.R., 2005, *A tropical Garden Flora*. Bishop Museum Press, Honolulu, Hawaii. p 452 ; *Swaziland's Flora Database* <http://www.sntc.org.sz/flora> ; Terra, G.J.A., 1973, *Tropical Vegetables*. Communication 54e Royal Tropical Institute, Amsterdam, p 71 (As *Sesamum orientale*) ; Thothathri, K., & Pal, G.D., 1987, *Further Contribution to the Ethnobotany of Subansiri District, Aranchal Pradesh*. *J. Econ. Tax. Bot.* Vol. 10 No. 1 pp 149-157 ; USDA, ARS, National Genetic Resources Program. Germplasm Resources Information Network - (GRIN). [Online Database] National Germplasm Resources Laboratory, Beltsville, Maryland. Available: www.ars-grin.gov/cgi-bin/npgs/html/econ.pl (10 April 2000) ; van Wyk, B., 2005, *Food Plants of the World. An illustrated guide*. Timber press. p 344 ; van Wyk, B., & Gericke, N., 2007, *People's plants. A Guide to Useful Plants of Southern Africa*. Briza. p 24 ; Vickery, M.L. and Vickery, B., 1979, *Plant Products of Tropical Africa*, Macmillan. p 31 ; Williamson, J., 2005, *Useful Plants of Malawi*. 3rd. Edition. Mdadzi Book Trust. p 225 ; Zon, A.P.M. van der, Grubben, G.J.H., 1976, *Les legumes-feuilles spontanés et cultivés du Sud-Dahomey*, Communication 65, Royal Tropical Institute, Amsterdam, p 88, 89