

Vigna umbellata (Thunb.) Ohwi & H. Ohashi, 1969 (Haricot riz)

Identifiants : 40640/vigumb

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

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 19/04/2024

- Classification phylogénétique :

- Clade : Angiospermes ;
- Clade : Dicotylédones vraies ;
- Clade : Rosidées ;
- Clade : Fabidées ;
- Ordre : Fabales ;
- Famille : Fabaceae ;

- Classification/taxinomie traditionnelle :

- Règne : Plantae ;
- Division : Magnoliophyta ;
- Classe : Magnoliopsida ;
- Ordre : Fabales ;
- Famille : Fabaceae ;
- Genre : Vigna ;

- Synonymes : Phaseolus calcaratus Roxb., Phaseolus ricciardus Ten. ;

- Synonymes français : haricot de Ricciardi, haricot grain de riz ;

- Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : climbing mountain-bean (climbing-mountain-bean), mambi-bean, Oriental-bean, rice-bean (rice bean), small red bean, red bean , kârâmanie payarou (local) ;



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

Les graines mûres et sèches du haricot riz se consomment comme légume sec. On les fait généralement cuire à l'eau pour les manger avec du riz ou à la place du riz, souvent en soupe ou en ragoût, par ex. au Ghana. A Madagascar, la farine des graines germées séchées fait partie des compléments alimentaires donnés aux enfants. Le haricot riz est peu prisé en Inde, parce qu'il n'est pas facile d'en faire du dal en raison du mucilage fibreux qu'il contient, qui rend difficile son décorticage et la séparation des cotylédons.

Les feuilles, les jeunes gousses et les graines germées de haricot riz se mangent cuites à l'eau comme légume. En Inde, les jeunes gousses se consomment parfois crues^{{{0(+x)}}}.

Les jeunes gousses et les graines mûres sont consommées cuites. Les graines séchées sont bouillies et servies avec du riz ou utilisées dans les soupes et les ragoûts. Les jeunes feuilles peuvent être mangées. Les graines sont utilisées dans les germes de haricots. (Les graines doivent être cuites ou écrasées si elles sont données aux porcs.

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

Original : Seeds^{{{0(+x)}}}

Taux d'humidité	Énergie (kj)	Énergie (kcal)	Protéines (g)	Pro-vitamines A (µg)	Vitamines C (mg)	Fer (mg)	Zinc (mg)
13	1373	328	20.9	0	0	10.9	0



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

- **Autres infos :**

dont infos de "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

- **Statut :**

C'est un légume cultivé commercialement. Vu occasionnellement dans plusieurs régions de Papouasie-Nouvelle-Guinée mais d'une importance mineure comme aliment^{{{0(+x)}} (traduction automatique)}.

Original : It is a commercially cultivated vegetable. Seen occasionally in several areas in Papua New Guinea but only of minor importance as a food^{{{0(+x)}}.}

- **Distribution :**

Une plante tropicale. Il pousse de 0 à 1800 m d'altitude sous les tropiques. Il convient aux climats humides. Il est parfois auto-semé dans les prairies côtières. Il a besoin d'une position protégée ensoleillée. Ils sont sensibles à la sécheresse et au gel. Il peut pousser dans des endroits arides^{{{0(+x)}} (traduction automatique)}.

Original : A tropical plant. It grows from 0-1800 m altitude in the tropics. It suits wet climates. It occasionally becomes self sown in coastal grasslands. It needs a sunny protected position. They are drought and frost tender. It can grow in arid places^{{{0(+x)}}.}

- **Localisation :**

Afrique, Angola, Asie, Australie, Bangladesh, Bhoutan, Cambodge, Cameroun, Afrique centrale, Chine, Congo, Cuba, Afrique de l'Est, Timor oriental, Fidji, Ghana, Haïti, Himalaya, Inde, Indochine, Indonésie, Japon, Kenya, Corée, Laos, Liberia, Madagascar, Malaisie, Mali, Maurice, Myanmar, Népal, Inde du nord-est, Pacifique, Pakistan, Papouasie-Nouvelle-Guinée, PNG, Philippines, Réunion, Asie du Sud-Est, Sierra Leone, Sikkim, Îles Salomon, Sri Lanka, Taïwan, Tanzanie, Thaïlande, Timor-Leste, Vietnam, Afrique de l'Ouest, Zambie^{{{0(+x)}} (traduction automatique)}.

Original : Africa, Angola, Asia, Australia, Bangladesh, Bhutan, Cambodia, Cameroon, Central Africa, China, Congo, Cuba, East Africa, East Timor, Fiji, Ghana, Haiti, Himalayas, India, Indochina, Indonesia, Japan, Kenya, Korea, Laos, Liberia, Madagascar, Malaysia, Mali, Mauritius, Myanmar, Nepal, Northeastern India, Pacific, Pakistan, Papua New Guinea, PNG, Philippines, Reunion, SE Asia, Sierra Leone, Sikkim, Solomon Islands, Sri Lanka, Taiwan, Tanzania, Thailand, Timor-Leste, Vietnam, West Africa, Zambia^{{{0(+x)}}.}

- **Notes :**

Il existe environ 150 espèces de Vigna. Ils sont principalement sous les tropiques^{{{0(+x)}} (traduction automatique)}.

Original : There are about 150 Vigna species. They are mostly in the tropics^{{{0(+x)}}.}

- **Nombre de graines au gramme : 7 ;**

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

- **PASSEPORTSANTÉ.NET :**

https://www.passeportsante.net/fr/Nutrition/EncyclopedieAliments/Fiche.aspx?doc=haricot_amberique_dolique_nu ;

- ³**PROTA4U :** <https://www.prota4u.org/protav8.asp?fr=1&h=M4&t=Vigna&p=Vigna+umbellata> ;

dont classification :

- **"The Plant List" (en anglais) :** www.theplantlist.org/tpl1.1/record/ild-3585 ;

- **"GRIN" (en anglais) :** <https://npgsweb.ars-grin.gov/gringlobal/taxon/taxonomydetail?id=41643> ;

- **MMPND ;**

dont livres et bases de données : ⁷⁶Le Potager d'un curieux - histoire, culture et usages de 250 plantes comestibles peu connues ou inconnues (livre, pages 215 à 216 [Phaseolus ricciardus Ten.] et 230 [Phaseolus calcaratus Roxb.], par A. Paillieux et D. Bois) ;

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

Ambasta, S.P. (Ed.), 2000, *The Useful Plants of India*. CSIR India. p 678 ; Anderson, E. F., 1993, *Plants and people of the Golden Triangle*. Dioscorides Press. p 224 ; Bodkin, F., 1991, *Encyclopedia Botanica*. Cornstalk publishing, p 1017 ; Bodner, C. C. and Gereau, R. E., 1988, *A Contribution to Bontoc Ethnobotany*. *Economic Botany*, 43(2): 307-369 ; Burkill, H. M., 1985, *The useful plants of west tropical Africa*, Vol. 3. 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 1736 (As *Phaseolus calcaratus*) ; Dey, A. & Mukherjee, A., 2015, *Living and Survival Amidst Hunger: Wild Edible Botanicals as a Prime Forest Productivity in the Rural Purulia District, West Bengal, India from Colonial to Present*. *Research Journal of Forestry* 9(3): 71-86 ; Facciola, S., 1998, *Cornucopia 2: a Source Book of Edible Plants*. Kampong Publications, p 113 ; French, B.R., 1986, *Food Plants of Papua New Guinea, A Compendium*. Asia Pacific Science Foundation p 47 ; Grubben, G. J. H. and Denton, O. A. (eds), 2004, *Plant Resources of Tropical Africa 2. Vegetables*. PROTA, Wageningen, Netherlands. p 565 ; Hedrick, U.P., 1919, (Ed.), *Sturtevant's edible plants of the world*. p 282 (As *Dolichos umbellatus*) ; Hedrick, U.P., 1919, (Ed.), *Sturtevant's edible plants of the world*. p 476 (As *Phaseolus calcaratus*) ; Hu, Shiu-ying, 2005, *Food Plants of China*. The Chinese University Press. p 472 (As *Delandia umbellata*) ; Hwang, H., et al, 2013, *A Study on the Flora of 15 Islands in the Western Sea of Jeollanamdo Province, Korea*. *Journal of Asia-Pacific Biodiversity* Vol. 6, No. 2 281-310 ; ILDIS Legumes of the World <http://www.ildis.org/Legume/Web> ; Jardin, C., 1970, *List of Foods Used In Africa*, FAO Nutrition Information Document Series No 2.p 30 (As *Vigna calcaratus*) ; J. Jap. Bot. 44:31. 1969 ; 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 ; Kermath, B. M., et al, 2014, *Food Plants in the Americas: A survey of the domesticated, cultivated and wild plants used for Human food in North, Central and South America and the Caribbean*. On line draft. p 911 ; Khanal, R., et al, 2014, *Documenting abundance and use of underutilized plant species in the mid hill region of Nepal*. *ECOPRINT* 21: 63-71, 2014 ; Kiple, K.F. & Ornelas, K.C., (eds), 2000, *The Cambridge World History of Food*. CUP p 1844 (As *Phaseolus calcaratus*) ; Kumar, A., et al, 2012, *Ethnobotanical Edible Plant Biodiversity of Lepcha Tribes*. *Indian Forester*, 138 (9):798-803 ; Kuo, W. H. J., (Ed.) *Taiwan's Ethnobotanical Database (1900-2000)*, <http://tk.agron.ntu.edu.tw/ethnobot/DB1.htm> ; Lazarides, M. & Hince, B., 1993, *Handbook of Economic Plants of Australia*, CSIRO. p 247 ; Lembogi Biologi Nasional, 1980m *Sayur-sayuran*. Balai Pustaka, Jakarta. p 40 ; Macmillan, H.F. (Revised Barlow, H.S., et al) 1991, *Tropical Planting and Gardening*. Sixth edition. Malayan Nature Society. Kuala Lumpur. p 330 ; Martin, F.W. & Ruberte, R.M., 1979, *Edible Leaves of the Tropics*. Antillian College Press, Mayaguez, Puerto Rico. p 200 (As *Phaseolus calcaratus*) ; McMakin, P.D., 2000, *Flowering Plants of Thailand. A Field Guide*. White Lotus. p 97 (As *Phaseolus calcaratus*) ; Medhi, P. & Borthakur, S. K., 2012, *Phytoreources from North Cachur Hills of Assam -3: Edible plants sold at Hflong market*. *Indian Journal on Natural Products and Resources*. 3(1) pp 84-109 ; Ochse, J.J. et al, 1931, *Vegetables of the Dutch East Indies*. Asher reprint. p 407 (As *Phaseolus calcaratus*) ; Peters, C. R., O'Brien, E. M., and Drummond, R.B., 1992, *Edible Wild plants of Sub-saharan Africa*. Kew. p 140 ; Pham-Hoang Ho, 1999, *An Illustrated Flora of Vietnam*. Nha Xuat Ban Tre. p 961 ; Phon, P., 2000, *Plants used in Cambodia*. © Pauline Dy Phon, Phnom Penh, Cambodia. p 627 ; *Plants of Haiti* Smithsonian Institute [http://botany.si.edu/antilles/West Indies](http://botany.si.edu/antilles/West%20Indies) ; Purseglove, J.W., 1968, *Tropical Crops Dicotyledons*, Longmans. p 294 (As *Phaseolus calcaratus*) ; Rajerison, R., 2006. *Vigna umbellata* (Thunb.) Ohwi & H. Ohashi. [Internet] Record from Protabase. Brink, M. & Belay, G. (Editors). PROTA (Plant Resources of Tropical Africa), Wageningen, Netherlands. < <http://database.prota.org/search.htm>>. Accessed 23 October 2009 ; Rashid, H. E., 1977, *Geography of Bangladesh*. Westview. p 262 (As *Phaseolus richardiana*) ; Royal Botanic Gardens, Kew (1999). *Survey of Economic Plants for Arid and Semi-Arid Lands (SEPASAL) database*. Published on the Internet; <http://www.rbgekew.org.uk/ceb/sepasal/internet> [Accessed 1st May 2011] ; Solomon, C., 2001, *Encyclopedia of Asian Food*. New Holland. p 211 (As *Phaseolus calcaratus*) ; Terra, G.J.A., 1973, *Tropical Vegetables*. Communication 54e Royal Tropical Institute, Amsterdam, p 65 (As *Phaseolus calcaratus*) ; Tindall, H.D., 1983, *Vegetables in the Tropics*, Macmillan p 274 (As *Phaseolus calcaratus*) ; 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 380 ; Verdcourt, B., 1979, *Manual of New Guinea Legumes*. Botany Bulletin No 11, Division of Botany, Lae, Papua New Guinea. p 525 ; Woodward, P., 2000, *Asian Herbs and Vegetables*. Hyland House. p 133