# *Abelmoschus manihot (L.) Medik, 1787 subsp. manihot*

## *Identifiants : 13/abemanA*

### *Association du Potager de mes/nos Rêves (https://lepotager-demesreves.fr)*
### *Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze*
### *Dernière modification le*

- ***Classification phylogénétique :***
    - ***Clade : Angiospermes ;***
    - ***Clade : Dicotylédones vraies ;***
    - ***Clade : Rosidées ;***
    - ***Clade : Malvidées ;***
    - ***Ordre : Malvales ;***
    - ***Famille : Malvaceae ;***
- ***Classification/taxinomie traditionnelle :***
    - ***Règne : Plantae ;***
    - ***Sous-règne : Tracheobionta ;***
    - ***Division : Magnoliophyta ;***
    - ***Classe : Magnoliopsida ;***
    - ***Ordre : Malvales ;***
    - ***Famille : Malvaceae ;***
    - ***Genre : Abelmoschus ;***
- ***Synonymes : Abelmoschus caillei (A. Chev.) Stevels, Abelmoschus platidactylus (Bakh.) Nakai, Abelmoschus pseudomanihot (DC.) Endl, Hibiscus manihot L, Hibiscus manihot var. caillei A. Chev, Hibiscus pungens Roxb ;***
- ***Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : Aibika, Edible Hibiscus , Aelan kapis, Alek, Asa alek, Aso, Baera, Baero, Bamia, Ban nalu, Barakue, Bele, Dahk pool, Deâ'e, Degi, Egarani, Ga-ana, Geba wagia, Gabe, Gedi, Glikway, Gnahi, Hapia, Huang shu kui, Huangqiu kui, Jangali bhindi, Kena, Kon-kado, Kookona, Lagikway, Lata lasturi, Lema, Lope, Nambere, Neka, Ngache, Nibi, Nyahi, Olsumbe, Pangai, Paura, Pele, Po-fai, Qiu kui, Ran Bhendi, Sa are, Slimy cabbage, Slippery cabbage, Some, Soragele, Takaiya, Thakhlao maikhri gajao, Totomu, Usipak, Van lasun, Vati, Vauvau, Vauvau vati, Waci, Weko, West African Okra ;***



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

  ***Feuille$^{3(17,+x)}$ (dont jeunes pousses$^{3(6,+x)}$ [crues ou cuites]$^{3(4(+x),5(12?,21?),+x)}$), fleur (bourgeons [crus ou cuits]$^{5(12?)}$), fruit (immatures {gousses$^{3(4(+x),6,+x)}$}) et racine$^{3(17,+x)}$ comestibles.$^{2(+)}$***

  ***Détails :***

  ***Feuilles, bourgeons floraux, légume, racine. Les jeunes feuilles sont cuites et consommées$^{\{\{\{0(+x)}$ (ex. : comme potherbe$^{\{\{\{dp*)}$) ; elles sont moins visqueuses cuites à la vapeur ou frites ; elles peuvent être consommées avec des feuilles de papaye pour enlever l'amertume de la papaye.***
  ***La racine est bouillie avec du porc pour faire un bouillon$^{\{\{\{0(+x)}$.***

  ***Feuille, fleur (bourgeons) et racine comestibles ; légume$^{\{\{\{dp*)(0(+x))}$.***

  ***Les jeunes feuilles sont cuites et mangées. Ils sont visqueux à moins d'être cuits à la vapeur ou frits.Ils peuvent être mangés avec des feuilles de papaye pour éliminer l'amertume de la papaye. La racine est bouillie avec du porc pour faire un***

***bouillon. Les jeunes fruits sont cuits et mangés. Ils peuvent être séchés et également broyés en poudre. Les fruits rendent les plats visqueux***

***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)* |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| *88* | *120* | *29* | *3.4* | *1.0* | *7.0* | *1.5* | *1.2* |

***Précautions :***

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

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

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

  ***dont classification :***

  - ***"GRIN" (en anglais) :*** https://npgsweb.ars-grin.gov/gringlobal/taxon/taxonomydetail?id=427081 ***;***