

***Eruca vesicaria* (L.) Cav., 1802 (Roquette)**

Identifiants : 13058/eruves

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

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 24/04/2024

• **Classification phylogénétique :**

- Clade : Angiospermes ;
- Clade : Dicotylédones vraies ;
- Clade : Rosidées ;
- Clade : Malvidées ;
- Ordre : Brassicales ;
- Famille : Brassicaceae ;

• **Classification/taxinomie traditionnelle :**

- Règne : Plantae ;
- Division : Magnoliophyta ;
- Classe : Magnoliopsida ;
- Ordre : Capprales ;
- Famille : Brassicaceae ;
- Genre : *Eruca* ;
- Nom complet : *Eruca vesicaria* (L.) Cav. subsp. *vesicaria* ;

• **Synonymes : *Brassica eruca* L. 1753, *Brassica vesicaria* L. 1753 [*Eruca vesicaria* subsp. *vesicaria*], *Eruca sativa* Mill. 1768 [*Eruca vesicaria* subsp. *sativa*] ;**

• **Synonymes français : roquette annuelle, roquette cultivée, rucola, rouquette, riquette, roquette des jardins, salade de vingt-quatre heures, éruce, sisymbre sauvage, ruce ;**

• **Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : rocket, arugula, edible rocket [subsp. *sativa*], edible rocket [subsp. *sativa*], garden rocket [subsp. *sativa*], Italian cress [subsp. *sativa*], rocket [subsp. *sativa*], rocket [subsp. *vesicaria*], rocket-salad [subsp. *sativa*], Roman rocket [subsp. *sativa*], rugula [subsp. *sativa*], salad rocket [subsp. *sativa*] , Rucola (de), Rauke (de) ;**

• **Rusticité (résistance face au froid/gel) : -10/-12/-15°C ;**



• **Note comestibilité : *****

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

Les jeunes feuilles sont tendres, légèrement amères et à saveur de moutarde ; les vieilles peuvent être réduites en purée et utilisées dans les soupes et les sauces ; Les graines sont utilisées dans les marinades, ou pour la moutarde Persane ; consommation en Europe du Sud ;

Détails :

Feuille (jeunes^{0(+x),27(+x)} pousses feuilles^{0(+x),{{27(+x)} crues^(dp*), fruit (graines^{0(+x),27(+x)} [nourriture/aliment : condiment^{{{(dp*)u&,27(+x)}}}] et extrait^(dp*) graines^{0(+x),27(+x)} {huile^{0(+x),27(+x)} [nourriture/aliment {{{(dp*) : huile alimentaire {après vieillissement}{{27(+x)}}} et fleur (fleurs^{0(+x)} [nourriture/aliment {{{(dp*) : garniture^{0(+x)}}}] comestibles^{0(+x)}.

Les jeunes feuilles sont tendres, légèrement amères et à saveur de moutarde ; les vieilles peuvent être réduites en purée et utilisées dans les soupes et les sauces^{{{0(+x)} (ex. : comme potherbe^{{{(dp*)}).

Les graines sont utilisées dans les marinades, ou pour la moutarde Persane^{{{0(+x)}}}. Consommation en Europe du Sud^{{{0(+x)}}}.

Les jeunes feuilles sont utilisées comme légume à salade. Ils sont tendres, amers et légèrement parfumés à la moutarde. Les feuilles plus âgées peuvent être réduites en purée et utilisées dans les soupes et les sauces. Les graines sont également consommées. Ils sont utilisés dans les cornichons. Ils sont utilisés pour la moutarde persane. Les graines donnent une huile comestible. Les fleurs sont utilisées comme garniture. Les graines peuvent être germées et consommées

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)
91.7	105	25	2.6	35	15.0	1.5	0.5



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

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



De gauche à droite :

Par Hortus Romanus juxta Systema Tournefortianum (vol. 4: t. 33, 1783-1816), via plantillustrations

Par CostaPPPR, via plantillustrations

- Autres infos :

dont infos de "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

- Statut :

C'est un légume cultivé commercialement^{{{0(+x)}}} (traduction automatique).

Original : It is a commercially cultivated vegetable^{{{0(+x)}}}.

- Distribution :

Originaire des régions méditerranéennes. Il poussera sur la plupart des sols bien drainés. Il préfère une position ensoleillée ouverte. Il résiste à la sécheresse et au gel. Il peut pousser sur des sols pauvres et avec de faibles précipitations. Il convient aux zones de rusticité 7-10. Sous les tropiques, il atteint 2 100 m d'altitude. Il peut pousser dans des endroits arides. Herbar de Tasmanie^{{{0(+x)}}} (traduction automatique).

Original : A native of Mediterranean regions. It will grow on most well drained soils. It prefers an open sunny position. It is drought and frost resistant. It can grow on poor soils and with low rainfall. It suits hardiness zones 7-10. In the tropics it grows up to 2,100 m altitude. It can grow in arid places. Tasmania Herbarium^{{{0(+x)}}}.

- Localisation :

Afghanistan, Africa, Albania, Algeria, Argentina, Armenia, Asia, Australia, Austria, Azerbaijan, Bahrain, Belarus, Bolivia, Brazil, Bulgaria, Canary Islands, Central Africa, Central Asia, Chad, Chile, China, Cook Islands, Crete, Croatia, Cuba, Cyprus, Czech Republic, Dagestan, East Africa, Egypt, Eritrea, Ethiopia, Europe, France, Germany,

Greece, Hawaii, Hungary, India, Iran, Iraq, Israel, Italy, Jordan, Kazakhstan, Kenya, Kyrgyzstan, Kuwait, Lebanon, Libya, Lithuania, Mali, Malta, Mauritania, Mediterranean*, Mexico, Moldova, Mongolia, Morocco, New Zealand, Niger, North Africa, North America, Norway, Oman, Pacific, Pakistan, Palestine, Paraguay, Philippines, Poland, Portugal, Qatar, Romania, Russia, Saudi Arabia, Scandinavia, SE Asia, Slovakia, Slovenia, Socotra, South Africa, Southern Africa, South America, Spain, Sudan, Switzerland, Syria, Tasmania, Tajikistan, Tunisia, Turkey, Turkmenistan, Tuvalu, Ukraine, United Arab Emirates, UAE, USA, Uzbekistan, West Africa, Yemen, Yugoslavia, Zimbabwe^{{{0(+x)}}} (traduction automatique).

Original : Afghanistan, Africa, Albania, Algeria, Argentina, Armenia, Asia, Australia, Austria, Azerbaijan, Bahrain, Belarus, Bolivia, Brazil, Bulgaria, Canary Islands, Central Africa, Central Asia, Chad, Chile, China, Cook Islands, Crete, Croatia, Cuba, Cyprus, Czech Republic, Dagestan, East Africa, Egypt, Eritrea, Ethiopia, Europe, France, Germany, Greece, Hawaii, Hungary, India, Iran, Iraq, Israel, Italy, Jordan, Kazakhstan, Kenya, Kyrgyzstan, Kuwait, Lebanon, Libya, Lithuania, Mali, Malta, Mauritania, Mediterranean*, Mexico, Moldova, Mongolia, Morocco, New Zealand, Niger, North Africa, North America, Norway, Oman, Pacific, Pakistan, Palestine, Paraguay, Philippines, Poland, Portugal, Qatar, Romania, Russia, Saudi Arabia, Scandinavia, SE Asia, Slovakia, Slovenia, Socotra, South Africa, Southern Africa, South America, Spain, Sudan, Switzerland, Syria, Tasmania, Tajikistan, Tunisia, Turkey, Turkmenistan, Tuvalu, Ukraine, United Arab Emirates, UAE, USA, Uzbekistan, West Africa, Yemen, Yugoslavia, Zimbabwe^{{{0(+x)}}}.

◦ Notes :

Il existe 4 ou 5 espèces d'Eruca. Les graines contiennent 30 à 35% d'huile^{{{0(+x)}}} (traduction automatique).

Original : There are 4 or 5 Eruca species. The seeds contain 30-35% oil^{{{0(+x)}}}.

- Nombre de graines au gramme : 500 ;

- Liens, sources et/ou références :

◦ ⁵"Plants For a Future" (en anglais) : https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Eruca_vesicaria ;

dont classification :

◦ "The Plant List" (en anglais) : www.theplantlist.org/tpl1.1/record/kew-2798757 ;

◦ "GRIN" (en anglais) : <https://npgsweb.ars-grin.gov/gringlobal/taxon/taxonomydetail?id=15711> ;

dont livres et bases de données : ⁰"Food Plants International" ([Eruca vesicaria (L.) Cav. subsp. vesicaria], en anglais), 27Dictionnaire des plantes comestibles (livre, page 129, par Louis Bubenicek) ;

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

Ali-Shtayeh, M. S., et al, 2008, Traditional knowledge of wild edible plants used in Palestine (Northern West Bank): A comparative study. J Ethnobiol Ethnomed. 4: 13 ; Ambasta, S.P. (Ed.), 2000, The Useful Plants of India. CSIR India. p 202 ; Asfaw, Z. and Tadesse, M., 2001, Prospects for Sustainable Use and Development of Wild Food Plants in Ethiopia. Economic Botany, Vol. 55, No. 1, pp. 47-62 ; Bernholt, H. et al, 2009, Plant species richness and diversity in urban and peri-urban gardens of Niamey, Niger. Agroforestry Systems 77:159-179 ; Blamey, M and Grey-Wilson, C., 2005, Wild flowers of the Mediterranean. A & C Black London. p 68 ; Bodkin, F., 1991, Encyclopedia Botanica. Cornstalk publishing, p 399 ; Bremness, L., 1994, Herbs. Collins Eyewitness Handbooks. Harper Collins. p 249 ; Brown, D., 2002, The Royal Horticultural Society encyclopedia of Herbs and their uses. DK Books. p 204 ; Burnie, G & Fenton-Smith, J., 1999, A Grower's Guide to Herbs. Murdoch Books. p 57 ; Cheifetz, A., (ed), 1999, 500 popular vegetables, herbs, fruits and nuts for Australian Gardeners. Random House p 125 ; Cundall, P., (ed.), 2004, Gardening Australia: flora: the gardener's bible. ABC Books. p 559 ; Della, A., et al, 2006, An ethnobotanical survey of wild edible plants of Paphos and Larnaca countryside of Cyprus. J. Ethnobiol. Ethnomed. 2:34 ; Ertug, F., 2004, Wild Edible Plants of the Bodrum Area. (Mugla, Turkey). Turk. J. Bot. 28 (2004): 161-174 ; Facciola, S., 1998, Cornucopia 2: a Source Book of Edible Plants. Kampong Publications, p 58 ; Flora of Australia, Volume 8, Lecythidales to Batales, Australian Government Publishing Service, Canberra (1982) p 246 ; Flora of Pakistan. ; Gard. dict. ed. 8: Eruca no. 1. 1768 ; Grubben, G. J. H. and Denton, O. A. (eds), 2004, Plant Resources of Tropical Africa 2. Vegetables. PROTA, Wageningen, Netherlands. p 294 ; Hedrick, U.P., 1919, (Ed.), Sturtevant's edible plants of the world. p 293 ; Hemphill, I, 2002, Spice Notes. Macmillan. p 326 ; Hernandez Bermejo, J.E., and Leon, J. (Eds.), 1994, Neglected Crops. 1492 from a different perspective. FAO Plant Production and Protection Series No 26. FAO, Rome. p 303 ; Hibbert, M., 2002, The Aussie Plant Finder 2002, Florilegium. p 95 ; Hinnawi, N. S. A., 2010, An ethnobotanical study of wild edible plants in the Northern West Bank "Palestine". An-Najah National University. p 92 ; Hu, Shiu-ying, 2005, Food Plants of China. The Chinese University Press. p 416 (As Eruca vesicaria) ; Ibn Oaf, H.S., 2004. Eruca vesicaria (L.) Cav. [Internet] Record from Protabase. Grubben, G.J.H. & Denton, O.A. (Editors). PROTA (Plant Resources of Tropical Africa), Wageningen, Netherlands. {{{ https://database.prota.org/search.htm>. Accessed 16 October 2009. ; Jardin, C., 1970, List of Foods Used In Africa, FAO Nutrition Information Document Series No 2.p 43, 77 ; Kargioglul, M. et al, 2010, Traditional Uses of Wild Plants in the Middle Aegean Region. Human Ecology 38:429-450 ; 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 ; Kiple, K.F. & Ornelas, K.C., (eds), 2000, *The Cambridge World History of Food*. CUP p 434, 1722 ; Kybal, J., 1980, *Herbs and Spices, A Hamlyn Colour Guide*, Hamlyn Sydney p 94 ; Lazarides, M. & Hince, B., 1993, *Handbook of Economic Plants of Australia*, CSIRO. p 96 ; Martin, F.W. & Ruberte, R.M., 1979, *Edible Leaves of the Tropics*. Antillian College Press, Mayaguez, Puerto Rico. p 188 ; Morley, B. & Everard, B., 1970, *Wild Flowers of the World*. Ebury press. Plate 30 ; Norrington, L., & Campbell, C., 2001, *Tropical Food Gardens*. Bloomings Books. p 52 ; Paczkowska, G. & Chapman, A.R., 2000, *The Western Australian Flora. A Descriptive Catalogue*. Western Australian Herbarium. p 185 ; Plants For A Future database, The Field, Penpol, Lostwithiel, Cornwall, PL22 0NG, UK. <https://www.scs.leeds.ac.uk/pfaf/> ; PROSEA handbook Volume 13 Spices. p 253 ; Rivera, D. et al, 2006, *Gathered Mediterranean Food Plants - Ethnobotanical Investigations and Historical Development*, in Heinrich M, Müller WE, Galli C (eds): *Local Mediterranean Food Plants and Nutraceuticals*. Forum Nutr. Basel, Karger, 2006, vol 59, pp 18-74 ; Royal Botanic Gardens, Kew (1999). *Survey of Economic Plants for Arid and Semi-Arid Lands (SEPASAL) database*. Published on the Internet; <https://www.rbgekew.org.uk/ceb/sepasal/internet> [Accessed 15th April 2011] ; Schneider, E., 2001, *Vegetables from Amaranth to Zucchini: The essential reference*. HarperCollins. p 26 ; Sher, H. et al, 2011, *Ethnobotanical and Economic Observations of Some Plant Resources from the Northern Parts of Pakistan*. *Ethnobotany research & Applications* 9:027-041 (As *Eruca sativa*) ; Staples, G.W. and Herbst, D.R., 2005, *A tropical Garden Flora*. Bishop Museum Press, Honolulu, Hawaii. p 203 ; Tasmanian Herbarium *Vascular Plants list* p 17 ; Terra, G.J.A., 1973, *Tropical Vegetables*. Communication 54e Royal Tropical Institute, Amsterdam, p 45 ; Tronickova, E. & Krejcova, Z., 1987, *Ortaggi*, Instituto Geografico de Agostini, Cecoslovacchia. p 92 ; Tukan, S. K., et al, 1998, *The use of wild edible plants in the Jordanian diet*. *International Journal of Food Sciences and Nutrition*. 49:225-235 ; 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 191