

Erucastrum arabicum Fisch. & C. A. Mey

Identifiants : 13063/eruara

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

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 04/05/2024

- 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 : Capparales ;
- Famille : Brassicaceae ;
- Genre : Erucastrum ;

- Synonymes : *Brassica arabica* (Fisch. & Mey.) Fiori, *Brassica schimperii* Boiss, *Diplotaxis inopinata* Sprague, *Kibera arabica* (Fisch. & Mey.) V. I. Dorof, *Sisymbrium abyssinicum* E. Fourn, *Sisymbrium hararense* Engl ;

- Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : Ethiopian kale, , Cheplemindet, Enyaro, Eshaaga, Eshaga, Gomanza, Itogotia, Moyowarwa, Nechelo, Njunge, Nonion, Oburobwenaku, Shimpa, Togotia, Yewof-gomen ;



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

Parties comestibles : feuilles, légumes^{{{0(+x)}} (traduction automatique)} | Original : Leaves, Vegetable^{{{0(+x)}}} Les jeunes feuilles et tiges sont consommées après la cuisson. Les racines sont enlevées et les feuilles et les tiges bouillies pendant une heure. Il peut assécher la peau et provoquer une somnolence. Les feuilles sont utilisées dans les soupes

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)
84	200	4.0	0	500	120	1.5	0.6



néant, inconnus ou indéterminés.

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

- Liens, sources et/ou références :

dont classification :

dont livres et bases de données : ⁰"Food Plants International" (en anglais) ;

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

Agea, J. G., et al 2011, *Wild and Semi-wild Food Plants of Bunyoro-Kitara Kingdom of Uganda: etc. Environmental Research Journal* 5(2) 74-86 ; Asfaw, Z., *Conservation and use of traditional vegetables in Ethiopia*. FAO ; 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 ; East African Herbarium records, 1981, ; Ethiopia: *Famine Food Field Guide*. <http://www.africa.upenn.edu/faminefood/category1.htm> ; Glover et al, 1966b, ; Godfrey, J. et al, 2013, *Harvesting, preparation and preservation of commonly consumed wild and semi-wild food plants in Bunyoro-Kitara Kingdom, Uganda. Int. J. Med. Arom. Plants*. Vol.3 No.2 pp 262-282 ; Goode, P., 1989, *Edible Plants of Uganda*. FAO p 54 ; Grubben, G. J. H. and Denton, O. A. (eds), 2004, *Plant Resources of Tropical Africa 2. Vegetables*. PROTA, Wageningen, Netherlands. p 297 ; Jardin, C., 1970, *List of Foods Used In Africa*, FAO Nutrition Information Document Series No 2.p 61 (As *Brassica schimperi*) ; *Journal of Food Composition and Analysis*, 2004, 277-289 ; Lulekal, E., et al, 2011, *Wild edible plants in Ethiopia: a review on their potential to combat food insecurity. Afrika Focus* - Vol. 24, No 2. pp 71-121 ; Martin, F.W. & Ruberte, R.M., 1979, *Edible Leaves of the Tropics*. Antillian College Press, Mayaguez, Puerto Rico. p 187 (As *Brassica schimperi*) ; Maundu, P. et al, 1999, *Traditional Food Plants of Kenya. National Museum of Kenya*. 288p ; Musinguzi, E., et al, 2006, *Utilization of Indigenous Food Plants in Uganda: A Case Study of South-Western Uganda. AJFAND* Vol. 6(2): ; Peters, C. R., O'Brien, E. M., and Drummond, R.B., 1992, *Edible Wild plants of Sub-saharan Africa*. Kew. p 97 ; 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 15th April 2011] ; Terashima, H., et al, 1991, *Ethnobotany of the Lega in the tropical rainforest of eastern Zaire: part 1, Zone de Mwenga. African Study Monographs. Suppl.* 15:1-61 ; Terra, G.J.A., 1973, *Tropical Vegetables. Communication 54e Royal Tropical Institute, Amsterdam*, p 31 (As *Brassica schimperi*)