

Malva parviflora L., 1753 (Mauve à petites fleurs)

Identifiants : 19666/malpar

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

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 30/04/2024

• **Classification phylogénétique :**

- Clade : Angiospermes ;
- Clade : Dicotylédones vraies ;
- Clade : Rosidées ;
- Clade : Malvidées ;
- Ordre : Malvales ;
- Famille : Malvaceae ;

• **Classification/taxinomie traditionnelle :**

- Règne : Plantae ;
- Division : Magnoliophyta ;
- Classe : Magnoliopsida ;
- Ordre : Malvales ;
- Famille : Malvaceae ;
- Genre : Malva ;

• **Synonymes français : mauve d'Egypte ;**

- **Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) :** cheeseweed, cheeseweed mallow, least mallow, small-flower mallow, Egyptian mallow, little mallow, ring-leaf mallow, whorl-flower, whorled mallow, kleinbloemig Kaasjeskruid (de), kleinblütige Malve (de), malva de flor petita (cat), malva minore (it), malvilla menor (it), khubeizah (ar), malva (pt), malva de campo (es), malva de Castilla (es), quesillo (es), quesitos (es) ;



• **Note comestibilité : *****

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

Feuille (jeunes^{0(+x),27(+x)} pousses^{27(+x)} et feuilles^{0(5(+),+x)} consommées^{0(+x),27(+x)} [nourriture/aliment^{{{0(5(+),+x)}}} : crues⁵⁽⁺⁾ {en salade^{{{5(K)}}, substitut de^{{{(dp*)(5(K))}}} laitue^{5(K)}}} ou cuites {comme potherbe / légume-feuille^{{{5(+),{{--27(+x)(dp*)}}} et/ou épaississant^{{{(dp*)(0(5(+),+x))}}} et colorant⁵⁽⁺⁾]} et fruit^{0(+x)} (graines immatures^{{{5(+)}} et/ou fruits verts^{{{0(+x)}} consommées^{0(+x)} {cru(e)s ou cuit(e)s^{{{0(5(+),+x)}}} [nourriture/aliment^{{{(dp*)(0(5(+),+x))}}}] ; et extrait graines^{{{(dp*)}}} : huile⁵⁽⁺⁾) comestibles^{0(5(+),+x)}. (1*)

Détails :

Partie(s) comestible(s)^{{{0(5(+),+x)}} : feuilles^{0(5(+),+x)}, fruit, graines^{{{0(+x),5(+x)}}, graines - huile^{{{5(+x)}}.

Utilisation(s)/usage(s) comestible(s)^{{{0(5(+),+x)}} :

-jeunes^{0(+x),27(+x)} pousses^{27(+x)} et feuilles^{0(5(+),+x)} crues - ou cuites comme potherbe (légume-feuille)^{{{5(+)}}} ; une saveur légère agréable ; elles font alternative très acceptable à la laitue en salade^{{{5(K)}} ; cueillies avant l'apparition du bouton de fleur, cuites et consommées^{{{0(+x),27(+x)}} localement comme légume^{{{27(+x)}} ; dans les soupes, elles ne sont consommées qu'en petites quantités pour améliorer la consistance^{{{0(+x)}}.

-graines immatures^{{{5(+)}}} (ou fruits verts^{{{0(+x)}}) - crues ou cuites^{{{0(5(+),+x)}} ; consommé(e)s dans de nombreux plats comme les pois^{{{0(+x)}} ; elles sont par exemple^{{{(dp*)}}} utilisées pour faire une soupe de légumes à la crème qui ressemble à la soupe aux pois ; quelques feuilles sont également ajoutés pour la coloration^{{{5(+)}}} ; les graines ont une agréable saveur de noisette, bien qu'elles soient trop petites pour la plupart des gens qui veulent la récolter en quantités fruits vert sont consommés ; les fruits broyés sont utilisés pour une soupe de légumes à la crème^{{{0(+x)}}. (1*)

Les jeunes feuilles cueillies avant l'apparition du bouton fleuri sont cuites et mangées en soupes. Ils ne sont consommés qu'en petites quantités pour améliorer la consistance. Les fruits verts sont consommés. Ceux-ci peuvent être consommés crus ou cuits dans de nombreux plats comme les pois. Les fruits moulus sont utilisés pour une soupe de légumes à la crème

Partie testée : feuilles crues^{{{(0+x)}}} (traduction automatique)
Original : Leaves raw^{{{(0+x)}}}

Taux d'humidité	Énergie (kj)	Énergie (kcal)	Protéines (g)	Pro-vitamines A (µg)	Vitamines C (mg)	Fer (mg)	Zinc (mg)
86.3	150	36	4.8	0	0	0	0



(1*)ATTENTION : bien que nous ayons vu aucun rapport de toxicité pour cette espèce, lorsqu'elles sont cultivées sur des sols riches en azote (et en particulier lorsque ceux-ci sont cultivés inorganiquement), les feuilles de certaines espèces ont tendance à concentrer des niveaux élevés de nitrates dans leurs feuilles ; les feuilles sont parfaitement saines à tout autre moment^{{{(5)}}}. (1*)ATTENTION : bien que nous ayons vu aucun rapport de toxicité pour cette espèce, lorsqu'elles sont cultivées sur des sols riches en azote (et en particulier lorsque ceux-ci sont cultivés inorganiquement), les feuilles de certaines espèces ont tendance à concentrer des niveaux élevés de nitrates dans leurs feuilles^{{{(5+)}}} ; les feuilles sont parfaitement saines à tout autre moment^{{{(5)}}}.

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



Par Kops et al. J. (Flora Batava, vol. 26: t. 2035, 1924), via plantillustrations.org

- Autres infos :
- dont infos de "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

- Distribution :

Il pousse dans les régions tropicales et tempérées. Il pousse dans les pâturages négligés. Au Bahreïn, il pousse sur des sols sableux, graveleux ou caillouteux. Il pousse entre 15 et 1 400 m d'altitude en Tanzanie. En Argentine, il passe du niveau de la mer à 3 500 m d'altitude. Il peut pousser dans les sols salés. Il peut pousser dans des endroits arides. Herbar de Tasmanie^{{{(0+x)}}} (traduction automatique).

Original : It grows in tropical and temperate locations. It grows in neglected pasture. In Bahrain it grows in sandy, gravelly or stony soils. It grows between 15-1,400 m above sea level in Tanzania. In Argentina it grows from sea level to 3,500 m above sea level. It can grow in salty soils. It can grow in arid places. Tasmania Herbarium^{{{(0+x)}}}.

- Localisation :

Afghanistan, Afrique, Albanie, Algérie, Argentine, Arménie, Asie, Australie, Azerbaïdjan, Açores, Bahreïn, Bolivie, Botswana, Brésil, Îles Canaries, Afrique centrale, Tchad, Chili, Chypre, Afrique de l'Est, Équateur, Égypte, Érythrée, Éthiopie, Europe, France, Géorgie, Grèce, Himalaya, Inde, Indonésie, Iran, Irak, Israël, Italie, Jordanie, Kenya, Koweït, Lesotho, Libye, Madagascar, Méditerranée, Mexique, Maroc, Namibie, Nouvelle-Zélande, Niger, Île Norfolk Afrique du Nord, Amérique du Nord, Inde du Nord-Est, Inde du Nord-Ouest, Oman, Pakistan, Paraguay, Portugal, Qatar, Arabie Saoudite, Asie du Sud-Est, Sinaï, Socotra, Somalie, Afrique du Sud, Afrique australe, Amérique du Sud, Espagne, Soudan, Syrie, Tadjikistan, Tanzanie, Tasmanie, Tunisie, Turquie, Turkménistan, Emirats Arabes Unis, Emirats Arabes Unis, Ouganda, Uruguay, USA, Afrique de l'Ouest, Yémen, Yougoslavie,

Zimbabwe^{{{(0+x)}}} (traduction automatique).

Original : Afghanistan, Africa, Albania, Algeria, Argentina, Armenia, Asia, Australia, Azerbaijan, Azores, Bahrain, Bolivia, Botswana, Brazil, Canary Islands, Central Africa, Chad, Chile, Cyprus, East Africa, Ecuador, Egypt, Eritrea, Ethiopia, Europe, France, Georgia, Greece, Himalayas, India, Indonesia, Iran, Iraq, Israel, Italy, Jordan, Kenya, Kuwait, Lesotho, Libya, Madagascar, Mediterranean, Mexico, Morocco, Namibia, New Zealand, Niger, Norfolk Island, North Africa, North America, Northeastern India, NW India, Oman, Pakistan, Paraguay, Portugal, Qatar, Saudi Arabia, SE Asia, Sinai, Socotra, Somalia, South Africa, Southern Africa, South America, Spain, Sudan, Syria, Tajikistan, Tanzania, Tasmania, Tunisia, Turkey, Turkmenistan, United Arab Emirates, UAE, Uganda, Uruguay, USA, West Africa, Yemen, Yugoslavia, Zimbabwe^{{{(0+x)}}}.

◦ Notes :

Il existe environ 30 espèces de Malva^{{{(0+x)}}} (traduction automatique).

Original : There are about 30 Malva species^{{{(0+x)}}}.

• Liens, sources et/ou références :

- Tela Botanica : <https://www.tela-botanica.org/bdtfx-nn-40867> ;
- INPN : https://inpn.mnhn.fr/espece/cd_nom/107295/tab/taxo ;
- FloreAlpes : https://www.floreAlpes.com/fiche_malvaparviflora.php ;
- HYPPA : https://www2.dijon.inra.fr/hyppa/hyppa-f/malpa_fh.htm ;
- ⁵"Plants For a Future" (en anglais) : https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Malva_parviflora ;

dont classification :

- "The Plant List" (en anglais) : www.theplantlist.org/tpl1.1/record/kew-2503517 ;
- "GRIN" (en anglais) : <https://npgsweb.ars-grin.gov/gringlobal/taxon/taxonomydetail?id=90031> ;

dont livres et bases de données : ⁰"Food Plants International" (en anglais), 27Dictionnaire des plantes comestibles (livre, page 186, par Louis Bubenicek) ;

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

Al-Qura'n, S. A., 2010, *Ethnobotanical and Ecological Studies of Wild Edible Plants in Jordan*. Libyan Agriculture Research Center Journal International 1(4):231-243 ; Ambasta, S.P. (Ed.), 2000, *The Useful Plants of India*. CSIR India. p 352 ; Bailey, C. and Danin, A., 1981, *Bedouin Plant Utilization in Sinai and the Negev*. Economic Botany 35(2): 145-162 ; Blamey, M and Grey-Wilson, C., 2005, *Wild flowers of the Mediterranean*. A & C Black London. p 132 ; BOUQUET, ; Casas, A., et al, 1996, *Plant Management Among the Nahua and the Mixtec in the Balsas River Basin, Mexico: An Ethnobotanical Approach to the Study of Plant Domestication*. Human Ecology, Vol. 24, No. 4 pp. 455-478 ; Curtis, W.M., 1956, *The Students Flora of Tasmania Vol 1* p 81 ; Dashorst, G.R.M., and Jessop, J.P., 1998, *Plants of the Adelaide Plains & Hills*. Botanic Gardens of Adelaide and State Herbarium. p 102 ; Della, A., et al, 2006, *An ethnobotanical survey of wild edible plants of Paphos and Larnaca countryside of Cyprus*. J. Ethnobiol. Ethnomed. 2:34 ; Demonstr. pl. 18. 1753 ; Duke, J.A., 1992, *Handbook of Edible Weeds*. CRC Press. p 124 ; Facciola, S., 1998, *Cornucopia 2: a Source Book of Edible Plants*. Kampong Publications, p 148 ; Flora of Australia Volume 49, Oceanic Islands 1, Australian Government Publishing Service, Canberra. (1994) p 110 ; Flora of Pakistan. www.eFloras.org ; Food Composition Tables for use in Africa FAO <https://www.fao.org/infoods/directory> No. 701 ; Food Composition Tables for the Near East. <https://www.fao.org/docrep> No. 363 ; Harris, S., Buchanan, A., Connolly, A., 2001, *One Hundred Islands: The Flora of the Outer Furneaux*. Tas Govt. p 186 ; Hussey, B.M.J., Keighery, G.J., Cousens, R.D., Dodd, J., Lloyd, S.G., 1997, *Western Weeds. A guide to the weeds of Western Australia*. Plant Protection Society of Western Australia. p 176 ; Hyde-Wyatt, B.H. & Morris D.I., 1975, *Tasmanian Weed Handbook*. Dept of Ag Tasmania. p 92 ; Jardin, C., 1970, *List of Foods Used In Africa*, FAO Nutrition Information Document Series No 2.p 88, 147 ; Lamp, C & Collet F., 1989, *Field Guide to Weeds in Australia*. Inkata Press. p 165 ; Lazarides, M. & Hince, B., 1993, *Handbook of Economic Plants of Australia*, CSIRO. p 158 ; Low, T., 1991, *Wild Herbs of Australia and New Zealand*. Angus & Robertson. p 86 ; Martin, F.W. & Ruberte, R.M., 1979, *Edible Leaves of the Tropics*. Antillan College Press, Mayaguez, Puerto Rico. p 203 ; Paczkowska, G. & Chapman, A.R., 2000, *The Western Australian Flora. A Descriptive Catalogue*. Western Australian Herbarium. p 290 ; Phillips, D.C., 1988, *Wild Flowers of Bahrain. A Field Guide to Herbs, Shrubs, and Trees*. Privately published. p 129 ; Plants For A Future database, The Field, Penpol, Lostwithiel, Cornwall, PL22 0NG, UK. <https://www.scs.leeds.ac.uk/pfaf/> ; Royal Botanic Gardens, Kew (1999). *Survey of Economic Plants for Arid and Semi-Arid Lands (SEPASAL) database*. Published on the Internet; <https://www.rbgkew.org.uk/ceb/sepasal/internet> [Accessed 3rd May 2011] ; Ruffo, C. K., Birnie, A. & Tengnas, B., 2002, *Edible Wild Plants of Tanzania*. RELMA p 450 ; Singh, H.B., Arora R.K., 1978, *Wild edible Plants of India*. Indian Council of Agricultural Research, New Delhi. p 28 ; Stern, G., 1986, *Australian Weeds. A Source of Food and Medicine*. Harper & Row. p 120 ; Tanji, A and Nassif, F., 1995, *Edible Weeds in Morocco*. Weed Technology. Vol. 9, No. 3, pp. 617-620 ; Tasmanian Herbarium Vascular Plants list p 38 ; Terra, G.J.A., 1973, *Tropical Vegetables*. Communication 54e Royal Tropical Institute, Amsterdam, p 57 ; Vieyra-Odilon, L and Vibrans, H., 2001, *Weeds as Crops: The Value of Maize Field Weeds in the Valley of Toluca, Mexico*. Economic Botany 55(3):426-443 ; WATT,

