Malva sylvestris L., 1753 cv. 'Braveheart' (Mauve sylvestre)

Identifiants : 19673/malsyl2

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

Dernière modification le 05/05/2024

- ***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 : Malva mauritiana L, Malva sylvestris var. incanescens Griseb, Malva erecta ;***
- ***Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : Blue mallow, Cheeses , Balba, Colacei, Crni sljez, Develik otu, Ebegumeci, European Splendid Kui, Evelik, Gomec, Gozdni slezenovec, Gprski slez, Gulkhair, High mallow, Kamilyak, Khalazi, Khobbeza, Khubasi, Kunzi, Malva, Malva silvestre, Methrai, Molasa, Malasaotu, Moloha, Moloka, Ou Jinkui, Rindziki, Ruppu, Ruppu-ruppu, Sannabindigegida, Shonchal, Sirjenak, Sliz, Sljez, Sonchal, Tall mallow, Vilayati-kangai ;***

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

  Feuille (tendres) et fleur1 (dont bourgeons), fruit (jeunes (tendres et verts))1 et racine1 comestibles.(1*)

  Détails :

  Partie(s) comestible(s)$^{\{\{\{0(5(+x),+x)}$: feuilles, graines, fleurs$^{\{\{\{0(5(+x),+x)}$, gousses, fruit$^{\{\{\{0(+x)}$.

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

  - feuilles$^{0(5(+),+x)}$ consommées$^{0(+x)}$ crues ou cuites$^{\{\{\{0(5(+),+x)}$ (comme potherbe$^{\{\{\{(dp*)}$) ; mucilagineuse avec une saveur douce et plaisante, elles sont agréables dans les soupes$^{\{\{\{0(5(K),+x),5(K)}$ où elles agissent comme un épaississant$^{\{\{\{5(K)}$ (cela donne au soupe une texture onctueuse$^{\{\{\{0(+x)}$) ; les jeunes feuilles font aussi un substitut très acceptable pour la laitue en salade$^{\{\{\{5(K)}$; feuilles utilisées comme substitut de thé$^{\{\{\{0(5(+),+x),\{\{\{27(+x)}$, en Australie$^{\{\{\{27(+x)}$;

  -graines$^{0(5(+),+x),27(+x)}$ immatures - crues$^{\{\{\{0(5(+),+x)}$; consommées localement$^{\{\{\{27(+x)}$; utilisées comme collation, les graines ont une saveur agréable de noisette$^{\{\{\{5(+)}$, mais elles sont trop fastidieuses/délicates à récolter pour la plupart des gens qui veulent en obtenir en quantité$^{\{\{\{5(K)}$;

  -fleurs - crues$^{\{\{\{0(5(+),+x)}$; ajoutées aux salades ou$^{\{\{\{5(+)}$ utilisées comme garniture$^{\{\{\{0(5(+),+x)}$; un goût agréable, avec une texture semblable aux feuilles, elles font une garniture agréable et jolie dans le saladier$^{\{\{\{5(K)}$; elles sont également utilisées pour le thé$^{\{\{\{0(+x)}$.

La plante a également été utilisée comme agent de coagulation / caillage (caille-lait) pour la préparation de fromage{{{~~241µ(dp)} .(1*)*

Les feuilles sont consommées cuites ou crues. Ils sont ajoutés aux soupes. Cela donne aux soupes une texture lisse. Les graines immatures peuvent être consommées crues. Les fleurs peuvent être consommées crues. Ils sont utilisés comme garniture. Ils sont également utilisés pour le thé. Les feuilles sont utilisées comme substitut du thé. Les feuilles sont utilisées pour le sarma en Turquie. Ils sont enroulés autour d'une garniture de riz ou de viande hachée

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)*
91.6	*117*	*28*	*2.6*	*0*	*0*	*3.7*	*0*

néant, inconnus ou indéterminés.(1)ATTENTION : lorsqu'elles sont cultivées sur des sols riches en azote (et en particulier lorsque ceux-ci sont cultivés inorganiquement), la plante a tendance à concentrer des niveaux élevés de nitrates dans ses feuilles{{{5(+)} ; les feuilles sont parfaitement saines à tout autre moment{{{5.*

- *Note médicinale : ****
- *Illustration(s) (photographie(s) et/ou dessin(s)):*
- *Liens, sources et/ou références :*

dont classification :