

Amaranthus hybridus L. subsp. quitensis

Identifiants : 2046/amahyba

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

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 28/04/2024

• Classification phylogénétique :

- Clade : Angiospermes ;
- Clade : Dicotylédones vraies ;
- Ordre : Caryophyllales ;
- Famille : Amaranthaceae ;

• Classification/taxinomie traditionnelle :

- Règne : Plantae ;
- Division : Magnoliophyta ;
- Classe : Magnoliopsida ;
- Ordre : Caryophyllales ;
- Famille : Amaranthaceae ;
- Genre : Amaranthus ;

- Synonymes : *Amaranthus aureus* Moq, *Amaranthus batalleri* Sennen, *Amaranthus bellardii* Moq, *Amaranthus berchtholdii* Moq, *Amaranthus catechu* Moq, *Amaranthus chlorostachys* Willd, *Amaranthus eugenii* Sennen, *Amaranthus flavescens* Moq, *Amaranthus hecticus* Willd, *Amaranthus hybridus* var. (several), *Amaranthus incurvatus* Trimen ex Gren. & Gord, *Amaranthus intermedius* Guss. ex Moq, *Amaranthus laetus* Willd, *Amaranthus laxiflorus* Cornelli ex Pollini, *Amaranthus neglectus* Moq, *Amaranthus nepalensis* Moq, *Amaranthus paniculatus* var. *sanguineus* Regel, *Amaranthus patulus* Bertol, *Amaranthus pseudoretroflexus* (Thell.) Alm, *Amaranthus retroflexus* sensu Coutrois, non Linnaeus, *Amaranthus spicatus* Rchb, *Amaranthus timeroyi* Jord. ex Moq, *Amaranthus trivialis* Rota, *Gallaria hybrida* (L.) Nieuwl ;

- Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : South American Amaranth, Ataco, Sangorache, , Anamena, Ataco, Ataqu, Bayem abang, Bayem selasi, Bederere, Bledo, Bonde, Bondokhotwe, Bonongue, Bredi-vermelho, Caruru-roxo, Celuanta, Chichimeca, Chora, Crista-de-galo, Dahka, Den duoi chon, Doodo omutukuliki, Goyi, Goi, Hanekam, Huisquillite, Imbuya, Isheke, Ityuthu, Izrodni ĀĵĀir, Karuruwasu, Kenjele, Kpedekpede, Lal cholai, Lisheke, Lu sui xian, M'boa, Mbuya, Mchicha, Moco de pavo, Mohok, Mowa, Ndangale, Ntatasika, Pasa, Penacho, Qing xian, Quelite, Quelite tintonil, Quintonil, Rough pigweed, Sirken, Tamarayo, Tete abalaye, Theepe, Thepe, Tsunata, Umfino, Umtyuthu, Unomdlomboyi, Umbuya, Vowa, Wahkilitl istak, Zumaraga ;

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

Feuille (jeunes et/ou tendres, dont pousses et tiges ; crues¹ ou cuites^{1,32}), fleur¹ (jeunes inflorescences³² (dont bourgeons) ; cuites¹) et graines (séchées : crues¹ ou cuites (rôties)¹ ; dont germes¹) comestibles.(1μ*)

Détails :

Jeunes et/ou tendres feuilles, pousses et tiges utilisées crues ou cuites (ex. : comme potherbe^{(((dp*))^(1,32)}).

Les feuilles et les jeunes pousses sont cuites et mangées. Ils sont également séchés. Les feuilles et les tiges sont hachées et ajoutées aux pâtisseries et salades. Ils sont également frits avec des œufs

Partie testée : tige^{(((0+*)) (traduction automatique)}

Original : Stem^{(((0+*))}

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



(1*)la plante contient de l'acide oxalique qui est toxique : selon les proportions consommées et la personne, celui-ci peut endommager les reins si il est ingéré régulièrement pendant plusieurs mois.1

Cependant, certains légumes, comme l'épinard ou la blette, en contiennent dans des concentrations équivalentes ou supérieures sans que ceux-ci ne soient considérés comme dangereux ; de plus l'acide en question est soluble dans l'eau (proportionnellement à la température80) et peut donc être éliminé en changeant simplement l'eau de cuisson ; enfin, en y ajoutant du lait (ou tout autre produit laitier), une partie de cette acide se lie au calcium le rendant ainsi inoffensif.1

Il sera tout de même conseillé de ne pas en abuser^(dp), plus particulièrement aux personnes souffrants de problèmes rénaux et/ou ayant une tendance aux rhumatismes (polyarthrite rhumatoïde, arthrite, goutte, calculs rénaux ou hyperacidité), pour lesquelles il sera même fortement recommandé de limiter ou d'éviter complètement cette consommation potentiellement néfaste (étant donné qu'elle peut aggraver leur état) ou tout au moins de prendre des précautions particulières dès lors que cette plante est incluse (ou prévue) dans leur régime alimentaire^{(5}.

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

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

dont classification :