

Portulaca oleracea L. var. sativa

Identifiants : 25373/porolec

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

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 12/05/2024

- Classification phylogénétique :

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

- Classification/taxinomie traditionnelle :

- Règne : Plantae ;
- Division : Magnoliophyta ;
- Classe : Magnoliopsida ;
- Ordre : Caryophyllales ;
- Famille : Portulacaceae ;
- Genre : Portulaca ;

- Synonymes : *Portulaca aurea* Hort. ex DC.; *Portulaca consanguinea* Schlecht; *Portulaca diptera* Zipp. ex Span.; *Portulaca fosbergii* Poelln.; *Portulaca intermedia* Link. ex Schldl.; *Portulaca laevis* Buch-Ham.; *Portulaca officinarum* Crantz; *Portulaca olitoria* Pall.; *Portulaca parviflora* Haw.; *Portulaca suffruticosa* Thw.; *Portulaca viridis* Hort. ex DC.; *Portulaca retusa* ;

- Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : Purslane or Golden purslane, , Adilagae, Alang galgala, Amadilika, Andracla, An-thau, Atka bwsai, Ayiyoyiyo, Bagla, Bagleh, Baqleh, Balamba, Balbalia, Bam, Baralaniya, Baralaynia, Baraloniya, Barthoslai, Beldroega, Bembe, Berbeer, Berbine, Bhuigholi, Bredo-de-porco, Brihalloni, Brucacchia, Buraloniya, Caa ounga, Chitu, Corie keeray, Dalda sak, Danda-danga, Danduri, Darli arxa, Dooddagooni soppu, Ekalitete, Ensamelata, Etebite, Farfahaina, Fique, Gandhaa fellaa, Ganga pavilli kura, Ganga-pavilikura, Garyaunla jhar, Gedha. Gelang pasir, Gendakola, Ghol, Ghola, Ghol bhaji, Gholu, Gologala sag, Goli, Goni, Green purslane, Gulasiman, Hah thengia, Hangshmoi, Hangswarma, Hong zhu mu cai, Igwanisha, Ilenjane, Ingwanitsha, Inrainuthei, Isilate, Isilele, Jangli kulfa, Kabogam, Kariacheera, Karikeerai, Karo, Katuli, Kharbari, Khursa, Kolfa, Kozhupa, Kozhupacheera, Kozhupasoppu, Krimbua, Krokot, Kulfa, Kundar, Kurfah, Kutbo, Laha, Leibak kundo, Lisan el bagara, Lohorok, Lonak, Lonamla, Loni, Lonika, Luna, Lung, Lunishak, Ma chi xian, Machixian, Malbhog khutura, Malbhog sak, Matako-ya-bibi, Medinica, Mhotighol, Moti, Motiluni, Motaauric, Msukana, Munyeroo, Mya-byit, Myet-htauk, Naillyara, Navadni tolÁ;cìEak, Nboga nene, N'bosse-kinta, Noniya, Nonte shak, Nshigilelyo, Nundhiki, Nune, Nunia sak, Nyele-nyele, Olasiman, Ora-pro-nobis, Pali echi, Parparik, Paroopoo, Paruppu, Paruppukiray, Peddapail kura, Peddapayilikura, Pelpine, Perchiacchia, Perchiazze, Phak bia-yai, Pigweed, Pirpirim, Pirtugakas, Porcelana, Porcsin, Portulaca, Portulak, Pourpier, Pullikirai, Purchacchia, Purunisag, Pusley, Pussley, Rau sam, Regila, Rigila, Rigla, Salada-de-negro, Sanburtzel, Semizlik, Semiz otu, Silele, Soebireum, Solele, Ssezzira, Stir, Suberihyu, Summer purslane, Tamole, Temizlik otu, Thukouro, Tuchenitsa, Tusac, Tust, Ubijon, Udumbukoluppukerai, Umbintchim, Vardolaga, Verdolaga, Wakati, Warkharray, Weinya zar, Woosta, Yuyo, Zangali warkhray, ;



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

Feuille (jeunes et/ou tendres (dont pousses et tiges) : crues^{1,31u/cuitesµ1,31} ou confites³¹), fleur¹ (confites [marinades]¹) et graines (farine¹ ; dont germes¹) comestibles.

Détails :

jeunes feuilles crues/cuites (ex. : comme salade ou potherbe, ex. : substitut d'épinard) ou confites^{{{(dp*)(1,31)}}}.

Les tiges et les feuilles sont cuites et mangées. Habituellement, la peau est grattée, puis la plante est bouillie et écrasée. Il épaissit les ragoûts et autres plats dans lesquels il est cuit. Il est utilisé comme herbe en pot. Les tiges charnues sont marinées. Les graines germées sont consommées dans les salades. Les graines sont moulues pour être utilisées dans les gâteaux et le pain. Attention : Dans les zones où beaucoup d'engrais azoté est utilisé, les plantes peuvent causer une intoxication aux nitrates. Les plantes peuvent également avoir des oxalates.

Partie testée : plante^{{{{0(+x)}}}} (traduction automatique)
Original : Plant^{{{{0(+x)}}}}

Taux d'humidité	Énergie (kj)	Énergie (kcal)	Protéines (g)	Pro- vitamines A (µg)	Vitamines C (mg)	Fer (mg)	Zinc (mg)
87	181	43	4.0	0	11	2.5	0



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) ;