Rubus idaeus L. subsp. melanolasius

Identifiants : 27934/rubidaa

Association du Potager de mes/nos Rêves (https://lepotager-demesreves.fr)
Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze
Dernière modification le 06/05/2024

- ***Classification phylogénétique :***
    - ***Clade : Angiospermes ;***
    - ***Clade : Dicotylédones vraies ;***
    - ***Clade : Rosidées ;***
    - ***Clade : Fabidées ;***
    - ***Ordre : Rosales ;***
    - ***Famille : Rosaceae ;***
- ***Classification/taxinomie traditionnelle :***
    - ***Règne : Plantae ;***
    - ***Division : Magnoliophyta ;***
    - ***Classe : Magnoliopsida ;***
    - ***Ordre : Rosales ;***
    - ***Famille : Rosaceae ;***
    - ***Genre : Rubus ;***
- ***Synonymes : Rubus buschii (Rozanova) Grossh, Rubus idaeus var. vulgatus Arrh ;***
- ***Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : European Red Raspberry , Ahududu, Dum, Framboesa, Framboise, Frambuesa, Fu pen zi, Himbeere, Lampone, Malina, Maline, Malna, Manafa, Vaarikas, Vabarn, Yezo ichigo ;***

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

  Feuille (jeunes et/ou tendres/molles : fraîches (crues[1]/cuites (dont pousses = drageon)[1]) ou séchées (tisanes[1]) ; matures : tisanes[1µ)], fruit (framboises (dont graines) : fraîches (crues[1µ/cuitesµ1]) ou séchées[1]) et fleur[1] (décoratives[1]) comestibles.

  Détails :

  Fruits - crus ou cuits. Délicieux lorsqu'il est récolté et consommé sur place, le fruit est également utilisé dans les tartes, les conserves, etc...[{{{5(+)]

  Les fruits frais, les framboises, se consomment nature, au sucre, en salade de fruits, ou donnent lieu à des transformations en confiture, gelée, sirops, coulis, glace... Ils peuvent se congeler.

  Ces fruits contiennent surtout du lévulose et du fructose, et très peu de saccharose[{{{wiki]. La framboise se démarque comme un des fruits les moins énergétiques tout étant riche en vitamine C et en potassium, calcium, magnésium et fer.

  Racine - cuite. La racine, qui ne doit être ni trop jeune ni trop vieille, nécessite beaucoup d'ébullition[{{{5(+)].

  Jeunes ou très jeunes feuilles crues/cuites (ex. : en salades ou comme potherbe) et/ou aromatisantes, ou utilisées en tisanes[{{{(dp*)(1)].

  Jeunes pousses - pelées et consommées crues ou cuites comme des asperges. Elles sont récoltées à leur sortie de terre au printemps et alors qu'elles sont encore tendres. Une tisane est fabriquée à partir des feuilles séchées. Un autre rapport indique qu'un type de thé à base de feuilles de framboise et de mûre est un excellent substitut de café[{{{5(+)].

Les fruits sont consommés crus. Ils sont également utilisés dans les confitures, les boissons et les sucreries. Les jeunes feuilles peuvent être cuites et consommées comme légume. Les feuilles séchées sont utilisées comme substitut du thé

Partie testée : fruits - crus[{{{0(+x) (traduction automatique)]
Original : Fruit - raw[{{{0(+x)]

Taux d'humidité	Énergie (kj)	Énergie (kcal)	Protéines (g)	Pro-vitamines A (µg)	Vitamines C (mg)	Fer (mg)	Zinc (mg)
83.2	105	25	0.9	80	25	1.2	0.5

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) ;***