

# Vigna mungo (L.) Hepper, 1956 var. silvestris (Haricot urd sauvage)

Identifiants : 40622/vigmunb

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 : Fabidées ;
- Ordre : Fabales ;
- Famille : Fabaceae ;

- Classification/taxinomie traditionnelle :

- Règne : Plantae ;
- Division : Magnoliophyta ;
- Classe : Magnoliopsida ;
- Ordre : Fabales ;
- Famille : Fabaceae ;
- Genre : Vigna ;

- Synonymes : Phaseolus mungo L. non Roxb, & auct, Azukia mungo (L.) Masamune, Phaseolus radiatus Roxb, non Linn, Phaseolus hernandezii Savi, Phaseolus roxburghii Wight & Arnott ;

- Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : wild mung bean , Adad, Arad, Banmasyang, Dau muong-an, Karu-minimulu, Maga, Mas, Mash kalai, Masha, Matimah, Mat-pe, Minumulu, Nallaminumulu, Pani-payir, Tikari kalai, Uddu, Udid, Ulundu, Ullundu, Undu, Urad, Urd dhal, Urdi, Uzhunnu ;



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

Les graines d'urd sont consommées comme légume sec, directement ou dans diverses préparations (entières ou cassées, bouillies ou grillées, moulues en farine pour la transformation en gâteau, pain ou bouillie). C'est par ex. avec la farine d'urd qu'on fait en Inde les galettes papadum". Les graines germées sont également consommées. Les gousses vertes sont utilisées comme légume cuit<sup>{{{3(+x)}}</sup>. La plante porte à Java le nom de Katjang heedjah ou hied-joe (pron. Katian idiou). On en fait, entre autres usages, celui-ci : on sème très serré sur un fond imperméable

Les graines mûres sont consommées. Ils sont principalement consommés sous forme de dal en Inde. Ils sont frits et rôtis et consommés comme collation. Les jeunes gousses et les jeunes feuilles sont également comestibles. Les haricots sont également utilisés pour les germes de haricots. Les graines sont utilisées dans la soupe aux lentilles, desséchées et moulues en farine pour la bouillie, ou cuites au four dans le pain. Les graines torréfiées et moulues sont utilisées dans un mélange d'épices

Partie testée : graines - crues<sup>{{{0(+x)}}</sup> (traduction automatique)

Original : Seeds - raw<sup>{{{0(+x)}}</sup>

| Taux d'humidité | Énergie (kj) | Énergie (kcal) | Protéines (g) | Pro-vitamines A (µg) | Vitamines C (mg) | Fer (mg) | Zinc (mg) |
|-----------------|--------------|----------------|---------------|----------------------|------------------|----------|-----------|
| 12              | 981          | 235            | 22.0          | 24                   | Tr               | 8.0      | 0         |



*néant, inconnus ou indéterminés.néant, inconnus ou indéterminés.*

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

*dont classification :*

- **"GRIN" (en anglais) :** <https://npgsweb.ars-grin.gov/gringlobal/taxon/taxonomydetail?id=444361> ;