Zizania aquatica L., 1753
(Zizanie aquatique)

Identifiants : 41371/zizaqu

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 : Monocotylédones ;***
    - ***Clade : Commelinidées ;***
    - ***Ordre : Poales ;***
    - ***Famille : Poaceae ;***
- ***Classification/taxinomie traditionnelle :***
    - ***Règne : Plantae ;***
    - ***Division : Magnoliophyta ;***
    - ***Classe : Liliopsida ;***
    - ***Ordre : Cyperales ;***
    - ***Famille : Poaceae ;***
    - ***Genre : Zizania ;***
    - ***Nom complet : Zizania aquatica var. aquatica ;***
- ***Synonymes : Hydropyrum esculentum Link 1827 ;***
- ***Synonymes français : riz indien, avoine aquatique, zizanie des marais, riz sauvage ;***
- ***Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : Indian rice, water oats, estuarine wild rice [var. brevis], estuarine zizania [var. brevis], southern wild rice [var. aquatica], southern zizania [var. aquatica], wild rice, annual wild rice , zizânia (pt,br) ;***
- ***Rusticité (résistance face au froid/gel) : {{{-15°C ;***

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

Partie(s) comestible(s)$^{\{\{\{0(+x)}$: graines, tige, céréale, pousses$^{\{\{\{0(+x)}$.

Utilisation(s)/usage(s)$^{\{\{\{0(+x)}$ culinaire(s) : les grains sont cuits comme le riz dans l'eau pendant 25-40 minutes, puis mangés ; le grain peut être broyé et utilisé dans les plats à base de céréales ; il peut également être utilisé pour les pains, les muffins, les gâteaux, les pâtes et pour épaissisir les soupes ; il peut être éclaté$^{\{\{\{0(+x)}$ (comme le maïs$^{\{\{\{dp*}$) et mangé avec du sirop d'érable$^{\{\{\{0(+x)}$; pousses cuites (ex. : comme potherbe) ? (qp*).

Les grains sont cuits comme du riz dans l'eau pendant 25 à 40 minutes puis mangés. Le grain peut être moulu et utilisé dans les plats de céréales. Il peut également être utilisé pour les pains, muffins, gâteaux, pâtes et pour épaissir les soupes. Il peut être sauté et mangé avec du sirop d'érable

Partie testée : graines$^{\{\{\{0(+x)}$ (traduction automatique)
Original : Seeds$^{\{\{\{0(+x)}$

Taux d'humidité	*Énergie (kj)*	*Énergie (kcal)*	*Protéines (g)*	*Pro-vitamines A (µg)*	*Vitamines C (mg)*	*Fer (mg)*	*Zinc (mg)*
	1492	*357*	*14.7*	*0*	*0*	*0*	*0*

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

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

Par Vasey, G., Richardson, C., agricultural grasses of the United States (1884) Agric. Grass. U.S. (1884) t. 22 p. 47 , via plantillustrations

- ***Autres infos : Brévivive (plante vivace éphémère / à courte durée de vie)[{{{(rp*)].***

dont infos de "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

  - ***Statut :***

    Il est cultivé commercialement[{{{0(+x) (traduction automatique)].

    Original : It is grown commercially[{{{0(+x)].

  - ***Distribution :***

    Il pousse dans les marais et les ruisseaux. Il peut pousser en eau douce ou saumâtre. Il ne peut pas survivre dans l'eau stagnante. Une profondeur d'eau de 15 cm convient. Il a besoin de beaucoup de soleil[{{{0(+x) (traduction automatique)].

    Original : It grows in swamps and streams. It can grow in fresh or brackish water. It cannot survive in stagnant water. A water depth of 15 cm is suitable. It needs plenty of sunlight[{{{0(+x)].

  - ***Localisation :***

    Asie, Australie, Canada, Chine, Inde, Indochine, Japon, Malaisie, Mandchourie, Amérique du Nord, Asie du Sud-Est, Taiwan, Thaïlande, États-Unis, Vietnam[{{{0(+x) (traduction automatique)].

    Original : Asia, Australia, Canada, China, India, Indochina, Japan, Malaysia, Manchuria, North America, SE Asia, Taiwan, Thailand, USA, Vietnam[{{{0(+x)].

- ***Nombre de graines au gramme : 155 ;***

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

  - ***Wikipedia :***
    - https://fr.wikipedia.org/wiki/Riz_sauvage (en français) ***;***

  - ***[5]"Plants For a Future" (en anglais) :*** https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Zizania_aquatica ***;***

    dont classification :

  - ***"The Plant List" (en anglais) :*** www.theplantlist.org/tpl1.1/record/kew-450592 ***;***
  - ***"GRIN" (en anglais) :*** https://npgsweb.ars-grin.gov/gringlobal/taxon/taxonomydetail?id=42267 ***;***

    dont livres et bases de données : [0]"Food Plants International" (en anglais), 76Le Potager d'un curieux - histoire, culture et usages de 250 plantes comestibles peu connues ou inconnues (livre, page 103 [Hydropyrum esculentum

Link], par A. Paillieux et D. Bois) ;

dont biographie/références de [0]"FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

Ambasta, S.P. (Ed.), 2000, The Useful Plants of India. CSIR India. p 702 ; Beckstrom-Sternberg, Stephen M., and James A. Duke. "The Foodplant Database." https://probe.nalusda.gov:8300/cgi-bin/browse/foodplantdb.(ACEDB version 4.0 - data version July 1994) ; Brickell, C. (Ed.), 1999, The Royal Horticultural Society A-Z Encyclopedia of Garden Plants. Convent Garden Books. p 1071 ; Dahlen, M., 1995, A Cook's Guide to Chinese Vegetables. The Guidebook Company. p 105 ; Elias, T.S. & Dykeman P.A., 1990, Edible Wild Plants. A North American Field guide. Sterling, New York p 129 ; Esperanca, M. J., 1988. Surviving in the wild. A glance at the wild plants and their uses. Vol. 2. p 344 ; Facciola, S., 1998, Cornucopia 2: a Source Book of Edible Plants. Kampong Publications, p 183 ; Hedrick, U.P., 1919, (Ed.), Sturtevant's edible plants of the world. p 704 ; Hibbert, M., 2002, The Aussie Plant Finder 2002, Florilegium. p 311 ; Kiple, K.F. & Ornelas, K.C., (eds), 2000, The Cambridge World History of Food. CUP p 113, 1881 ; Larkcom, J., 1991, Oriental Vegetables, John Murray, London, p 125 ; MacKinnon, A., et al, 2009, Edible & Medicinal Plants of Canada. Lone Pine. p 374 ; Marinelli, J. (Ed), 2004, Plant. DK. p 278 ; Menninger, E.A., 1977, Edible Nuts of the World. Horticultural Books. Florida p 152 ; Moerman, D. F., 2010, Native American Ethnobotany. Timber Press. p 614 ; Plants For A Future database, The Field, Penpol, Lostwithiel, Cornwall, PL22 0NG, UK. https://www.scs.leeds.ac.uk/pfaf/ ; PROSEA (Plant Resources of South East Asia) handbook Volume 10 Cereals. p 154 ; Purseglove, J.W., 1972, Tropical Crops. Monocotyledons. Longmans p 162 ; Romanowski, N., 2007, Edible Water Gardens. Hyland House. p 73 ; Saunders, C.F., 1948, Edible and Useful Wild Plants. Dover. New York. p 45 ; Solomon, C., 2001, Encyclopedia of Asian Food. New Holland. p 407 ; Sp. pl. 2:991. 1753 ; van Wyk, B., 2005, Food Plants of the World. An illustrated guide. Timber press. p 390