

# ***Brassica integrifolia* (H. West) Rupr.**

**Identifiants : 5055/braint**

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

**Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze**

**Dernière modification le 03/05/2024**

- **Classification phylogénétique :**

- **Clade : Angiospermes ;**
- **Clade : Dicotylédones vraies ;**
- **Clade : Rosidées ;**
- **Clade : Malvidées ;**
- **Ordre : Brassicales ;**
- **Famille : Brassicaceae ;**

- **Classification/taxinomie traditionnelle :**

- **Règne : Plantae ;**
- **Division : Magnoliophyta ;**
- **Classe : Magnoliopsida ;**
- **Ordre : Capparales ;**
- **Famille : Brassicaceae ;**
- **Genre : Brassica ;**

- **Synonymes : Brassica carinata A. Braun, Sinapis abyssinica A. Braun ;**

- **Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : Mustard Greens, Ethiopian cabbage, , Aba, Cai ngot, Chinkongonyira, India Mustard, Indian Greens, Kadugu, Kandhira, Leaf Mustard, Mustard Cabbage ;**



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

**Feuilles - cuites (bouillies<sup>0(+x)</sup>).**

**Les graines sont utilisées dans les cornichons et l'huile dans les aliments préparés. La sauce moutarde est faite à partir des graines**

**Partie testée : feuilles bouillies<sup>0(+x)</sup> (traduction automatique)**

**Original : Leaves boiled<sup>0(+x)</sup>**

<b>Taux d'humidité</b>	<b>Énergie (kj)</b>	<b>Énergie (kcal)</b>	<b>Protéines (g)</b>	<b>Pro- vitamines A (µg)</b>	<b>Vitamines C (mg)</b>	<b>Fer (mg)</b>	<b>Zinc (mg)</b>
<b>94.5</b>	<b>63</b>	<b>15</b>	<b>2.3</b>	<b>303</b>	<b>25.3</b>	<b>0.7</b>	<b>0.1</b>



**néant, inconnus ou indéterminés.**

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

- **Autres infos :**

dont infos de "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

- **Distribution :**

*Une plante tropicale. Il peut tolérer le gel. Il pousse dans les zones avec une pluviométrie annuelle de 600 à 1 600 mm. Il peut pousser dans des sols secs et salés. C'est mieux dans un sol fertile. Il peut pousser dans des endroits arides. Au Yunnan*<sup>{{(0(+x)) (traduction automatique)}</sup>.

*Original : A tropical plant. It can tolerate frost. It grows in areas with an annual rainfall of 600-1,600 mm. It can grow in dry and salty soils. It is best in fertile soil. It can grow in arid places. In Yunnan*<sup>{{(0(+x))}</sup>.

- **Localisation :**

*Afrique, Asie, Grande-Bretagne, Amérique centrale, Chine, Afrique de l'Est, Égypte, Éthiopie, Guatemala, Inde, Indochine, Indonésie, Italie, Kenya, Malaisie, Asie du Sud-Est, Somalie, Sri Lanka, Tanzanie, Ouganda, États-Unis, Vietnam*<sup>{{(0(+x)) (traduction automatique)}</sup>.

*Original : Africa, Asia, Britain, Central America, China, East Africa, Egypt, Ethiopia, Guatemala, India, Indochina, Indonesia, Italy, Kenya, Malaysia, SE Asia, Somalia, Sri Lanka, Tanzania, Uganda, USA, Vietnam*<sup>{{(0(+x))}</sup>.

- **Notes :**

*Il existe environ 30 espèces de Brassica et de nombreuses variétés cultivées*<sup>{{(0(+x)) (traduction automatique)}</sup>.

*Original : There are about 30 Brassica species and many cultivated varieties*<sup>{{(0(+x))}</sup>.

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

dont classification :

dont livres et bases de données : <sup>0</sup>"Food Plants International" (en anglais) ;

dont biographie/références de <sup>0</sup>"FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

*Fl. ingr. 1:96. 1860 ; Fu, Yongneng, et al, 2003, Relocating Plants from Swidden Fallows to Gardens in Southwestern China. Economic Botany, 57(3): 389-402 ; Liu, Yi-tao, & Long, Chun-Lin, 2002, Studies on Edible Flowers Consumed by Ethnic Groups in Yunnan. Acta Botanica Yunnanica. 24(1):41-56 ; Plants for a Future database, The Field, Penpol, Lostwithiel, Cornwall, PL22 0NG, UK. <http://www.scs.leeds.ac.uk/pfaf/> ; Rajapaksha, U., 1998, Traditional Food Plants in Sri Lanka. HARTI, Sri Lanka. p 130 ; Royal Botanic Gardens, Kew (1999). Survey of Economic Plants for Arid and Semi-Arid Lands (SEPASAL) database. Published on the Internet; <http://www.rbgekew.org.uk/ceb/sepasal/internet> [Accessed 15th April 2011] ; Van Sam, H. et al, 2008, Uses and Conservation of Plant Species in a National Park. A case study of Ben En, Vietnam. Economic Botany 62:574-593*