

Brassica oleracea L., 1753 var. oleracea (Chou sauvage)

Identifiants : 5148/braoleJ

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

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 28/04/2024

- 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 ;

- Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : wild cabbage , Wild-Kohl ;



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

Feuille (feuilles et tiges consommées {cruées ou cuites})^{[[27(+x)]]} [nourriture/aliment^{[[dp*]]}, fleur (inflorescences : idem feuille^{[[~27(+x)]]}) comestible.

Détails :

Plante cultivée d'importance majeure. Très nombreux variétés et cultivars avec une grande diversité morphologique^{[[27(+x)]]}. Feuilles cuites comme potherbe, brède^{[[dp*]]}.

Les feuilles sont légèrement amères à moins d'être cuites dans 2 changements d'eau. Les boutons floraux et les gousses vertes non développées sont sautés et mangés

Partie testée : feuilles^{[[0(+x)]]} (traduction automatique)
Original : Leaves^{[[0(+x)]]}

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



Précautions :

néant, inconnus ou indéterminés.

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

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

- **Tela Botanica :** <https://www.tela-botanica.org/bdtfx-nn-10351> ;

dont classification :

- **"GRIN" (en anglais)** : <https://npgsweb.ars-grin.gov/gringlobal/taxon/taxonomydetail?id=317370> ;