Abelmoschus esculentus (L.) Moench, 1794 cv. 'Clemson Spineless'

Identifiants : 9/abeesc1

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

- ***Classification phylogénétique :***
    - ***Clade : Angiospermes ;***
    - ***Clade : Dicotylédones vraies ;***
    - ***Clade : Rosidées ;***
    - ***Clade : Malvidées ;***
    - ***Ordre : Malvales ;***
    - ***Famille : Malvaceae ;***
- ***Classification/taxinomie traditionnelle :***
    - ***Règne : Plantae ;***
    - ***Sous-règne : Tracheobionta ;***
    - ***Division : Magnoliophyta ;***
    - ***Classe : Magnoliopsida ;***
    - ***Ordre : Malvales ;***
    - ***Famille : Malvaceae ;***
    - ***Genre : Abelmoschus ;***
- ***Synonymes : Hibiscus esculentus L. 1754 (=) basionym, Abelmoschus bammia Webb, Hibiscus esculentus L, Hibiscus longifolius Willd, et d'autres ;***
- ***Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : Okra, Ladyâ's fingers , A-koto, Angu, Apala, Asowntem, Bakhua-mun, Bamia, Bamya, Bandakka, Bendi, Bhindee, Bhindi, Binda, Bindi, Bondo, Bup bap, Cantarela, Dau bap, Derere rechipudzi, Derere, Derosh, Dheras, Dherosh, Dongo dongo, Enmomi, Fetri, Gombaut, Gombo, Gumbo, Guro, Gusha, Hakuyot, Idelele, Ikhievbo, Ila, Ilasha, Ilo, Jedilni oslez, Ka fei huang kui, Kacang bendi, Kaganh lender, Kandia, Kandjie, Kiabo, Kingombo, Kopi arab, Krachiap-mon, Kubewa, Kugay, Lafeu, Lieka, Loka, Maana, Maatou, Ma-lontho, Mesta, Molenda, Muomi, Miagorro, Nathando, Nkruma, Obori, Ochro, Okworu, Okwulu, Okwuru, Otigo-iwoka, Pahari bendi, Pingpesi, Poot barang, Pui, Quiabo, Quimbambo, Quimbobo, Saluyot a bunga, Sayur bendi, Taku, Tinoufanti, Tinoussante, Tsirandranjaza, Uisul hme, Vandakai, Vandikkai, Vendal, Wayika, Yonbade, You-padi ;***



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

  Fruit (immatures$^{3(4(+x),5(7,+),6,25,+)}$) comestible.(1*)

  Détails :

  Gousses (capsules), fleurs, graines, feuilles, légume. Les gousses sont consommées cuites ; elles sont visqueuses, mais moins si frites ; elles sont moins collantes aussi, si un peu de citron est ajouté.
  Les graines séchées réduites en poudre peuvent être utilisés dans les soupes ; elles épaississent la soupe ; en outre, elles peuvent être picklées (marinées dans du vinaigre).
  Les jeunes feuilles peuvent être consommées cuites$^{\{\{\{0(+x)}$ (ex. : comme potherbe$^{\{\{\{(dp*)}$) ; elles peuvent être séchées et stockés.
  Les fleurs aussi peuvent être mangées.
  Le gombo est congelé et mis en conserve.
  Les graines sont grillées et utilisées comme un substitut de café$^{\{\{\{0(+x)}$.(1*)

  Les gousses sont consommées cuites. Ils sont visqueux, mais moins si frits. Ils sont également moins collants si un peu de

citron est ajouté. Les graines séchées en poudre peuvent être utilisées dans les soupes. Cela épaissit la soupe. Ils peuvent également être marinés. Les jeunes feuilles peuvent être consommées cuites. Ils peuvent être séchés et stockés. Flowers peut également être mangé.Okra est congelé et mis en conserve. Les graines sont torréfiées et utilisées comme succédané du café

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)
90	71	17	2.0	90	25	1.0	0

Précautions :

néant, inconnus ou indéterminés.

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

Par ??????? ????????, via pixabay

- *Liens, sources et/ou références :*

dont classification :