

Fagopyrum esculentum Moench, 1794 (Sarrazin)

Identifiants : 13722/fagesc

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

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 13/05/2024

- Classification phylogénétique :

- Clade : Angiospermes ;
- Clade : Dicotylédones vraies ;
- Ordre : Caryophyllales ;
- Famille : Polygonaceae ;

- Classification/taxinomie traditionnelle :

- Règne : Plantae ;
- Division : Magnoliophyta ;
- Classe : Magnoliopsida ;
- Ordre : Polygonales ;
- Famille : Polygonaceae ;
- Genre : Fagopyrum ;

- Synonymes : Polygonum fagopyrum L. 1753 ;

- Synonymes français : blé noir, bouquette, renouée, sarrasin commun ;

- Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : buckwheat, common buckwheat, Japanese buckwheat, silverhull buckwheat, qiao mai (cn transcrit), Buchweizen (de), Heidekorn (de), faggina (it), fagopiro (it), grano saraceno (it), sarasin (it), soba (jp romaji), memil (ko transcrit), trigo-sarraceno (pt), gre?icha kul'turnaja (ru translittéré), gre?icha posevnaja (ru translittéré), alforfón (es), grano sarraceno (es), grano turco (es), trigo-sarraceno (es), boquete (sv) ;



- Note comestibilité : ****

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

Fruit (graines^{0(+),1}) comestible^{0(+x)}.(1*)

Détails :

Les graines sont utilisées principalement pour la^{0(+x)} farine^{0(+x),27(+x)} et l'alimentation animale ; elles sont amères ; elle sont transformées, puis consommées sous forme de bouillie, biscuits, crêpes, pâtes et pain, ou utilisées pour épaissir les soupes et les sauces ; enfin, elles peuvent être trempées une nuit puis mises à germer et mangées^{0(+x)} en salade, après avoir été débarrassées de leur tégument. Connue et cultivée de longue date, cette plante reste très largement cultivée dans le monde^{0(+x)}.(1*)

ATTENTION: Les graines sont principalement utilisées pour la farine et l'alimentation animale. Les graines sont amères. S'ils sont consommés en grande quantité, ils peuvent provoquer un trouble cutané désagréable. Les graines sont consommées dans du porridge et des biscuits, etc. Les graines peuvent être transformées en farine et consommées dans des crêpes, des nouilles et du pain ou pour épaissir les soupes et les sauces. Les graines peuvent être trempées pendant la nuit, puis germées et mangées. Les feuilles et pousses tendres sont cuites et mangées. Les jeunes feuilles peuvent être stockées pendant 4 à 5 jours après la récolte

Partie testée : graine^{0(+x)} (traduction automatique)

Original : Seed^{0(+x)}

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

11.3	1404	336	10.3	vitamines A (µg)	0	0	3.0	0
------	------	-----	------	------------------	---	---	-----	---



(1*)ATTENTION : la plante en cours de croissance et le foin contiennent des substances photosensibilisantes ; les feuilles peuvent être irritantes : certaines parties de la peau peuvent y être sensibles, lorsque celles-ci sont exposées au soleil ; si les graines sont consommées en grandes quantités, elles peuvent produire une affection de la peau désagréable.
 (1*)ATTENTION : la plante en cours de croissance et le foin contiennent des substances photosensibilisantes ; les feuilles peuvent être irritantes : certaines parties de la peau peuvent y être sensibles, lorsque celles-ci sont exposées au soleil ; si les graines sont consommées en grandes quantités, elles peuvent produire une affection de la peau désagréable.

- Note médicinale : ***

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



Par Thomé O.W. (Flora von Deutschland Österreich und der Schweiz, Tafeln, vol. 2: t. 190, 1885), via plantillustrations

- Autres infos :

dont infos de "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

- Statut :

C'est une plante alimentaire couramment cultivée. Il est vendu sur les marchés locaux. Sine pays produisent des milliers de tonnes.

Original : It is a commonly cultivated food plant. It is sold in local markets. Sine countries produce thousands of tons.

- Distribution :

C'est une plante tempérée. Il peut être cultivé à haute altitude sous les tropiques. Il poussera sur des sols pauvres. Il préfère les sols riches et une position ensoleillée protégée. Il peut pousser dans les sols acides. Il est résistant au gel mais endommagé par la sécheresse. Au Népal, il pousse entre 1000 et 2500 m d'altitude. Il peut atteindre 4400 m d'altitude. Dans l'Uttar Pradesh, il pousse jusqu'à 3000 m d'altitude. Au Yunnan.

Original : It is a temperate plant. It can be grown at high altitudes in the tropics. It will grow on poor soils. It prefers rich soils and a protected sunny position. It can grow in acid soils. It is resistant to frost but damaged by drought. In Nepal it grows between 1000-2500 m altitude. It can grow up to 4,400 m altitude. In Uttar Pradesh it grows up to 3000 m altitude. In Yunnan.

- Localisation :

Africa, Asia, Australia, Austria, Belarus, Belgium, Bhutan, Botswana, Brazil, Britain, Bulgaria, Canada, Central Africa, China*, Congo DR, Cuba, Denmark, East Africa, England, Ethiopia, Europe, Finland, France, Germany, Greece, Himalayas, Hungary, India, Indochina, Indonesia, Iran, Iraq, Ireland, Italy, Japan, Kazakhstan, Kenya, Korea, Korea N, Kyrgyzstan, Laos, Latvia, Lithuania, Macedonia, Madagascar, Manchuria, Mongolia, Mozambique, Myanmar, Nepal, Netherlands, New Zealand, Moldova, North America, Northeastern India, Pacific, Pakistan, Papua New Guinea, PNG, Philippines, Poland, Reunion, Russia, Scandinavia, SE Asia, Serbia, Siberia, Sikkim, Slovenia, South Africa, Southern Africa, South America, Spain, Sri Lanka, Sweden, Tajikistan, Tanzania, Tasmania, Thailand, Uganda, Ukraine, USA, Vietnam, Zambia, Zimbabwe.

Original : Africa, Asia, Australia, Austria, Belarus, Belgium, Bhutan, Botswana, Brazil, Britain, Bulgaria, Canada, Central Africa, China*, Congo DR, Cuba, Denmark, East Africa, England, Ethiopia, Europe, Finland, France, Germany, Greece, Himalayas, Hungary, India, Indochina, Indonesia, Iran, Iraq, Ireland, Italy, Japan, Kazakhstan, Kenya, Korea, Korea N, Kyrgyzstan, Laos, Latvia, Lithuania, Macedonia, Madagascar, Manchuria, Mongolia, Mozambique, Myanmar, Nepal, Netherlands, New Zealand, Moldova, North America, Northeastern India, Pacific, Pakistan, Papua New Guinea, PNG, Philippines, Poland, Reunion, Russia, Scandinavia, SE Asia, Serbia, Siberia, Sikkim, Slovenia, South Africa, Southern Africa, South America, Spain, Sri Lanka, Sweden, Tajikistan, Tanzania, Tasmania, Thailand, Uganda, Ukraine, USA, Vietnam, Zambia, Zimbabwe^{{{0(+x)}}}.

◦ Notes :

La plante contient de la rutine utile pour les conditions sanguines. La plante inhibe la germination des autres graines pendant un certain temps. Les graines contiennent 11% de protéines^{{{0(+x)}}} (traduction automatique).

Original : The plant contains rutin useful for blood conditions. The plant inhibits the germination of other seeds for a period of time. Seeds are 11% protein^{{{0(+x)}}}.

• Liens, sources et/ou références :

◦ ⁵"Plants For a Future" (en anglais) : https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Fagopyrum_esculentum ;

dont classification :

◦ "The Plant List" (en anglais) : www.theplantlist.org/tpl1.1/record/kew-2807310 ;

◦ "GRIN" (en anglais) : <https://npgsweb.ars-grin.gov/gringlobal/taxon/taxonomydetail?id=16528> ;

dont livres et bases de données : ⁰"Food Plants International" (en anglais), 1Plantes sauvages comestibles (livre pages 114 et 115, par S.G. Fleischhauer, J. Guthmann et R. Spiegelberger), 27Dictionnaire des plantes comestibles (livre, page 135, par Louis Bubenicek) ;

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

Ambasta, S.P. (Ed.), 2000, *The Useful Plants of India*. CSIR India. p 218 ; Anderson, E. F., 1993, *Plants and people of the Golden Triangle*. Dioscorides Press. p 211 ; Bandyopadhyay, S. et al, 2009, *Wild edible plants of Koch Bihar district, West Bengal*. *Natural Products Radiance* 8(1) 64-72 ; Bianchini, F., Corbetta, F., and Pistoia, M., 1975, *Fruits of the Earth*. Cassell. p 28 ; Bodkin, F., 1991, *Encyclopedia Botanica*. Cornstalk publishing, p 469 ; Brouk, B., 1975, *Plants Consumed by Man*. Academic Press, London. p 35 ; Brown, D., 2002, *The Royal Horticultural Society encyclopedia of Herbs and their uses*. DK Books. p 211 ; Burkill, I.H., 1966, *A Dictionary of the Economic Products of the Malay Peninsula*. Ministry of Agriculture and Cooperatives, Kuala Lumpur, Malaysia. Vol 1 (A-H) p 1009 ; Campbell, C.G., 1979, *Buckwheat*, in Simmonds, N.W., (ed), *Crop Plant Evolution*. Longmans. London. p 235 ; Dutta, U., 2012, *Wild Vegetables collected by the local communities from the Churang reserve if BTDM Assam*. *International Journal of Science and Advanced Technology*. Vol. 2(4) p 121 ; Facciola, S., 1998, *Cornucopia 2: a Source Book of Edible Plants*. Kampong Publications, p 184 ; *Flora of Pakistan*. www.eFloras.org ; French, B.R., 1986, *Food Plants of Papua New Guinea, A Compendium*. Asia Pacific Science Foundation p 347 ; Gangwar, A. K. & Ramakrishnan, P. S., 1990, *Ethnobotanical Notes on Some Tribes of Arunachal Pradesh, Northeastern India*. *Economic Botany*, Vol. 44, No. 1 pp. 94-105 ; Haq, N., Anthony, K., Sarwar, M., and Ahmad, Z. (eds.), 1998, *Underutilized Crops of Pakistan*. *Plant Genetic Resources Institute*. p 13 ; Hedrick, U.P., 1919, (Ed.), *Sturtevant's edible plants of the world*. p 305 ; Heyne, K., 1927, p 599 ; Hibbert, M., 2002, *The Aussie Plant Finder 2002*, *Florilegium*. p 100 ; Hu, Shiu-ying, 2005, *Food Plants of China*. The Chinese University Press. p 370 ; Jansen, P.C.M., 2006, *Fagopyrum esculentum Moench*. [Internet] Record from Protabase. Brink, M. & Belay, G. (Editors). PROTA (Plant Resources of Tropical Africa), Wageningen, Netherlands. {{{ <https://database.prota.org/search.htm>>. Accessed 16 October 2009. ; Jardin, C., 1970, *List of Foods Used In Africa*, *FAO Nutrition Information Document Series No 2*. p 3 ; Jain et al, 2011, *Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine* 7:29 ; Jessop, R., 1995, *Buckwheat Studies on the Northern Tablelands of NSW*. *Australian New Crops Newsletter* 14.2 No 4. ; Kiple, K.F. & Ornelas, K.C., (eds), 2000, *The Cambridge World History of Food*. CUP p 1739 ; Lazarides, M. & Hince, B., 1993, *Handbook of Economic Plants of Australia*, CSIRO. p 113 ; Macmillan, H.F. (Revised Barlow, H.S., et al), 1991, *Tropical Planting and Gardening*. Sixth edition. Malayan Nature Society. Kuala Lumpur. p 353 ; Manandhar, N.P., 2002, *Plants and People of Nepal*. Timber Press. Portland, Oregon. p 232 ; Manju, S., and Sundriyal, R. C., 2001, *Wild Edible Plants of the Sikkim Himalaya: Nutritive Values of Selected Species*. *Economic Botany* 55(3): 377-390 ; Menninger, E.A., 1977, *Edible Nuts of the World*. Horticultural Books. Florida p 148 ; Methodus 290. 1794 ; Negi, K.S., 1988, *Some little known wild edible plants of U.P. Hills*. *J. Econ. Tax. Bot.* Vol. 12 No. 2 pp 345-360 ; Neogi, B., Prasad, M. N. V. and Rao, R. R., 1989, *Ethnobotany of Some Weeds of Khasi and Garo Hills, Meghalaya, Northeastern India*. *Economic Botany* 43(4): 471-479 ; Paczkowska, G. & Chapman, A.R., 2000, *The Western Australian Flora. A Descriptive Catalogue*. Western Australian Herbarium. p 460 ; Patiri, B. & Borah, A., 2007, *Wild Edible Plants of Assam*. Geethaki Publishers. p 113 ; Pham-Hoang Ho, 1999, *An Illustrated Flora of Vietnam*. Nha Xuat Ban Tre. p 754 ; *Plants For A Future database*, The Field, Penpol, Lostwithiel, Cornwall, PL22 0NG, UK. <https://www.scs.leeds.ac.uk/pfaf/> ; Plowes, N. J. & Taylor, F. W., 1997, *The Processing of Indigenous Fruits and other Wildfoods of Southern Africa*. in Smartt, L. & Haq. (Eds) *Domestication, Production and Utilization of New*

Crops. ICUC p 191 ; Polunin, O., & Stainton, A., 2006, Flowers of the Himalaya, Oxford India Paperbacks. p 347 ; PROSEA (Plant Resources of South East Asia) handbook Volume 10 Cereals. p 95 ; Purseglove, J.W., 1968, Tropical Crops Dicotyledons, Longmans. p 640 ; Rana, J.C. et al, 2011, Genetic resources of wild edible plants and their uses among tribal communities of cold arid regions of India. Genetic Resources and Crop Evolution. 59:135-149 ; Self, M., 1999, Phoenix Seeds Catalogue p 4 ; Solomon, C., 2001, Encyclopedia of Asian Food. New Holland. p 158 ; USDA, ARS, National Genetic Resources Program. Germplasm Resources Information Network - (GRIN). [Online Database] National Germplasm Resources Laboratory, Beltsville, Maryland. Available: www.ars-grin.gov/cgi-bin/npgs/html/econ.pl (10 April 2000) ; van Wyk, B., 2005, Food Plants of the World. An illustrated guide. Timber press. p 193 ; van Wyk, Be, & Gericke, N., 2007, People's plants. A Guide to Useful Plants of Southern Africa. Briza. p 10