

Allium fistulosum L., 1753

(Ciboule)

Identifiants : 1535/allfis

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

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 30/04/2024

- **Classification phylogénétique :**

- **Clade :** Angiospermes ;
- **Clade :** Monocotylédones ;
- **Ordre :** Asparagales ;
- **Famille :** Amaryllidaceae ;

- **Classification/taxinomie traditionnelle :**

- **Règne :** Plantae ;
- **Division :** Magnoliophyta ;
- **Classe :** Liliopsida ;
- **Ordre :** Liliales ;
- **Famille :** Amaryllidaceae ;
- **Tribu :** Allieae ;
- **Genre :** Allium ;

- **Synonymes :** x (=) basionym, *Allium bouddae* Debeaux 1878 ;

- **Synonymes français :** ciboule commune, ail fistuleux (ail fastuleux = faute d'orthographe ? (qp*)), ciboule commune rouge, ciboule blanche, ciboule orientale, cive, oignon d'Espagne, chiboule, oignon à tondre, ciboule rouge, civat, oignon d'hiver, oignon vert ;

- **Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) :** bunching onion, Japanese bunching onion, Welsh onion, cibol, ciboul, stone leek, two-bladed onion, spring onion, cong (cn transcrit), Schnitzzwiebel (de), Winterzwiebel (de), cipoletta (it), cipolla d'inverno (it), negi (jp romaji), ba (ko transcrit), luk batun (ru translittéré), luk dud?atyj (ru translittéré), cebolleta (es), piplök (sv) ;

- **Rusticité (résistance face au froid/gel) :** -20°C (-15/-10°C selon d'autres) ;



- **Note comestibilité :** *****

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

La ciboule s'utilise souvent en entier (feuilles et bulbe), émincée, comme aromate ou légume, substitut d'oignon ou d'échalote, dont le goût est plus fort. Elle est souvent cuite (blanchie) mais peut aussi être utilisée crue (notamment les feuilles) pour parfumer un plat en fin de cuisson comme on le fait avec la ciboulette. Elle s'utilise dans les salades, plats sautés, soupes, sauces (à la pauvre homme par exemple), etc

Détails :

Racine (bulbes : crus ou cuits [nourriture^{2(dp*)}], feuille (feuilles : crues ou cuites [nourriture^{2(dp*)}]/aliment : légume^{2(dp*)}) {ex. : comme potherbe^{(((dp*))}} ; et/ou condiment aromatique^{2(dp*)μ)}μ^{(((27(+x))}) comestibles.(1*)

Aux Antilles on la retrouve dans de nombreuses spécialités, sous le nom d'oignon-pays.

Elle est particulièrement utilisée en Extrême-Orient (Corée, Chine, Asie du Sud-Est, Japon) où elle est un ingrédient phare utilisé quasiment partout : nouilles, riz sauté, plats de viandes au wok, salades, soupes, etc. Elle sert de garniture par exemple au canard laqué où elle est émincée et accompagne la viande du canard, le tout servi dans des galettes.

En Jamaïque, connue sous le nom d'escallion, la ciboule est combinée au thym, à l'ail, au poivron, au piment et au piment de la Jamaïque. Elle est parfois remplacée par le poireau dans les salades. On trouve souvent dans le commerce des mélanges d'épices utilisant la ciboule.

En Russie, enfin, elle est utilisée au printemps pour ajouter de la verdure dans les salades^{{{{wiki}}}}.

Les bulbes sont consommés crus ou cuits. Les feuilles sont consommées crues ou cuites. Les fleurs sont utilisées crues pour parfumer les salades

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

Taux d'humidité	Énergie (kj)	Énergie (kcal)	Protéines (g)	Pro- vitamines A (µg)	Vitamines C (mg)	Fer (mg)	Zinc (mg)
90.1	147	36	1.9	328	19	1.5	0



(1*)Voir genre *Allium* pour les précautions à prendre (risques de confusion et possible toxicité à fortes doses).(1*)Voir genre *Allium* pour les précautions à prendre (risques de confusion et possible toxicité à fortes doses)^{{{{trp}}}}.

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



De gauche à droite :

Par Kerner, J.S., *Abbildungen aller ökonomischen Pflanzen (1786-1798)* Abbild. Oekon. Pfl., via plantillustrations
Par Wilhelm, G.T., *Unterhaltungen aus der Naturgeschic*

- Autres infos : Plante importante localement^{{{{27(+x)}}}}.

dont infos de "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

- Statut :

C'est un légume cultivé commercialement^{{{{0(+x)}}}} (traduction automatique).

Original : It is a commercially cultivated vegetable^{{{{0(+x)}}}}.

- Distribution :

Une plante tempérée. Il préfère une position ensoleillée et un sol léger et bien drainé. Il préfère un pH compris entre 6,5 et 7,5, mais il tolère un pH compris entre 4,9 et 7,5. Une plante rustique qui produit des feuilles tout au long de l'hiver. Ils sont également tolérants aux températures élevées et peuvent pousser sous les tropiques. Les

plantes donnent de meilleurs rendements lorsqu'elles sont cultivées au-dessus de 1 000 m sous les tropiques. En PNG, il a été enregistré du niveau de la mer à 2800 m au-dessus du niveau de la mer. Des températures supérieures à 25 ° C donnent moins de production. Il convient aux zones de rusticité 5-9. Au Yunnan^{{{{0(+x)}}}} (traduction automatique).

Original : A temperate plant. It prefers a sunny position and a light well drained soil. It prefers a pH in the range 6.5 to 7.5, but it tolerates a pH in the range 4.9 to 7.5. A hardy plant which produces leaves throughout the winter. They are also tolerant of high temperatures and can grow in the tropics. Plants yield better when grown above 1,000 m in the tropics. In PNG it has been recorded from sea level to 2,800 m above sea level. Temperatures above 25°C give less production. It suits hardiness zones 5-9. In Yunnan^{{{{0(+x)}}}}.

◦ **Localisation :**

Afrique, Asie, Australie, Brésil, Grande-Bretagne, Cambodge, Cameroun, Canada, Caucase, Afrique centrale, Tchad, Chine, RD Congo, Îles Cook, Côte d'Ivoire, Cuba, Afrique de l'Est, Timor oriental, Fidji, Géorgie, Guam, Hawaï, Inde, Indochine, Indonésie, Côte d'Ivoire, Japon, Kenya, Kiribati, Corée, Lituanie, Malaisie, Îles Marshall, Mironésie, Nauru, Nigéria, Amérique du Nord, Pacifique, Papouasie-Nouvelle-Guinée, PNG, Philippines, Rotuma, Russie, Asie du Sud-Est, Serbie, Sibérie, Sierra Leone, Slovénie, Îles Salomon, Afrique du Sud, Afrique australe, Sri Lanka, Taiwan, Tasmanie, Thaïlande, Timor-Leste, Tuvalu, États-Unis, Vanuatu, Vietnam, Afrique de l'Ouest, Zambie, Zimbabwe^{{{{0(+x)}}}} (traduction automatique).

Original : Africa, Asia, Australia, Brazil, Britain, Cambodia, Cameroon, Canada, Caucasus, Central Africa, Chad, China, Congo DR, Cook Islands, Côte d'Ivoire, Cuba, East Africa, East Timor, Fiji, Georgia, Guam, Hawaii, India, Indochina, Indonesia, Ivory Coast, Japan, Kenya, Kiribati, Korea, Lithuania, Malaysia, Marshall Islands, Mironesia, Nauru, Nigeria, North America, Pacific, Papua New Guinea, PNG, Philippines, Rotuma, Russia, SE Asia, Serbia, Siberia, Sierra Leone, Slovenia, Solomon Islands, South Africa, Southern Africa, Sri Lanka, Taiwan, Tasmania, Thailand, Timor-Leste, Tuvalu, USA, Vanuatu, Vietnam, West Africa, Zambia, Zimbabwe^{{{{0(+x)}}}}.

◦ **Notes :**

Les feuilles contiennent environ 1,4% de protéines, 0,3% de matières grasses, 4,6% de glucides, 0,8% de cendres, un peu de vitamine B1 et des niveaux modérés de vitamine C Root (poids sec) Eau: 0 Calories: 349 Protéines: 18,6 Lipides: 3,5 Glucides: 70,9 Fibres: 9,3 Cendres: Calcium: 640 Phosphore: 477 Fer: 13 Sodium: 174 Potassium: 2233 Vitamine A: 7326 Thiamine: 0,69999 Riboflavine: 0,93 Niacine: 5,81 Vitamine C: 221. Il existe environ 300 à 700 espèces d'*Allium*. La plupart des espèces d'*Allium* sont comestibles (Flora of China). Tous les *alliums* sont comestibles mais ils ne valent peut-être pas tous la peine d'être mangés! X000B Ils ont également été mis dans la famille des alliacées Il contient 14,5 mg pour 100 g de poids sec et 7,5 mg d'alpha-tocophérol (vitamine E).^{{{{0(+x)}}}} (traduction automatique).

Original : The leaves contain about 1.4% protein, 0.3% fat, 4.6% carbohydrate, 0.8% ash, some vitamin B1 and moderate levels of vitamin C Root (Dry weight) Water: 0 Calories: 349 Protein: 18.6 Fat: 3.5 Carbohydrate: 70.9 Fibre: 9.3 Ash: Calcium: 640 Phosphorus: 477 Iron: 13 Sodium: 174 Potassium: 2233 Vitamin A: 7326 Thiamine: 0.69999 Riboflavin: 0.93 Niacin: 5.81 Vitamin C: 221. There are about 300-700 *Allium* species. Most species of *Allium* are edible (Flora of China). All *alliums* are edible but they may not all be worth eating! They have also been put in the family Alliaceae. It has 14.5 mg per 100 g dry weight and 7.5 mg fresh weight of alpha-tocopherol (Vitamin E).^{{{{0(+x)}}}}.

- Nombre de graines au gramme : 400/750/850 ;

- Liens, sources et/ou références :

- **auJardin.info** : <https://www.aujardin.info/plantes/allium-fistulosum.php> ;
- **Semeurs (Catégorie: CIBOULE)** : <https://semeurs.free.fr/wiki/index.php?title=Cat%C3%A9gorie:CIBOULE> ;
- **PROTA4U** : <https://www.prota4u.org/protav8.asp?fr=1&h=M4&t=Allium.fistulosum&p=Allium+fistulosum> ;
- **Wikipedia** :
 - [https://fr.wikipedia.org/wiki/Ciboule_\(en_français\)](https://fr.wikipedia.org/wiki/Ciboule_(en_français)) ;
 - https://en.wikipedia.org/wiki/Allium_fistulosum (source en anglais) ;
 - <https://de.wikipedia.org/wiki/Winterzwiebel> (source en allemand) ;
- ⁵"Plants For a Future" (en anglais) : <https://www.pfaf.org/user/plant.aspx?LatinName=Allium+cernuum> ;

dont classification :

- "The Plant List" (en anglais) : www.theplantlist.org/tpl1.1/record/kew-295569 ;
- "GRIN" (en anglais) : <https://npgsweb.ars-grin.gov/gringlobal/taxon/taxonomydetail?id=2276> ;

dont livres et bases de données : ²⁷Dictionnaire des plantes comestibles (livre, page 17, par Louis Bubenicek) ;

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

Ambasta S.P. (Ed.), 2000, *The Useful Plants of India*. CSIR India. p 28 ; Bremness, L., 1994, *Herbs*. Collins Eyewitness Handbooks. Harper Collins. p 142 ; Brown, D., 2002, *The Royal Horticultural Society encyclopedia of Herbs and their uses*. DK Books. p 113 ; Cheifetz, A., (ed), 1999, *500 popular vegetables, herbs, fruits and nuts for Australian Gardeners*. Random House p 32 ; Chen Xinqi, Liang Songyun, Xu Jiemei, Tamura M.N., *Liliaceae. Flora of China*. p 1239 ; Ching, L. S. & Mohamed, S., 2001, *Alpha-Tocopherol Content in 62 Edible Tropical Plants*. J. Agric. Food Chem. 2001, 49, 3101-3105 ; Creasy, R., 2000, *The Edible Asian Garden*. Periplus p 29 ; Cundall, P., (ed.), 2004, *Gardening Australia: flora: the gardener's bible*. ABC Books. p 126 ; Dahlen, M., 1995, *A Cook's Guide to Chinese Vegetables*. Odyssey Guides. p 21 ; Facciola, S., 1998, *Cornucopia 2: a Source Book of Edible Plants*. Kampong Publications, p 5 ; *Flora of Pakistan*. www.eFloras.org ; French, B.R., 2010, *Food Plants of Solomon Islands. A Compendium*. Food Plants International Inc. p 149 ; Fu, Yongneng, et al, 2003, *Relocating Plants from Swidden Fallows to Gardens in Southwestern China*. *Economic Botany*, 57(3): 389-402 ; Gouldstone, S., 1983, *Growing your own Food-bearing Plants in Australia*. Macmillan p 176 ; Grubben, G. J. H. and Denton, O. A. (eds), 2004, *Plant Resources of Tropical Africa 2. Vegetables*. PROTA, Wageningen, Netherlands. p 53 ; Hadfield, J., 2001, *The A-Z of Vegetable Gardening in South Africa*. Struik p 112 ; Hedrick, U.P., 1919, (Ed.), *Sturtevant's edible plants of the world*. p 39 ; Hide, R., et al, 1979, *A checklist of some plants in the territory of the Sinasina Nimai (Simbai Province, Papua New Guinea), with notes on their uses*. Department Anthropology, University of Auckland ; Hutton, W., 1997, *Tropical Herbs and Spices of Indonesia*. Periplus. p 53 ; Hu, Shiu-ying, 2005, *Food Plants of China*. The Chinese University Press. p 312 ; Jardin, C., 1970, *List of Foods Used In Africa*, FAO Nutrition Information Document Series No 2. p 52 ; Kays, S. J., and Dias, J. C. S., 1995, *Common Names of Commercially Cultivated Vegetables of the World in 15 languages*. *Economic Botany*, Vol. 49, No. 2, pp. 115-152 ; Kiple, K.F. & Ornelas, K.C., (eds), 2000, *The Cambridge World History of Food*. CUP p 1878 ; Kuo, W. H. J., (Ed.) *Taiwan's Ethnobotanical Database (1900-2000)*, <http://tk.agron.ntu.edu.tw/ethnobot/DB1.htm> ; Kybal, J., 1980, *Herbs and Spices, A Hamlyn Colour Guide*, Hamlyn Sydney, p24 ; Larkcom, J., 1991, *Oriental Vegetables*, John Murray, London, p 101 ; Latham, P., 2004, *Useful Plants of Bas-Congo province*. Latham & DFID p 23 ; Latham, P. & Mbuta, A. K., 2014, *Useful Plants of Bas-Congo Province, Democratic Republic of Congo*. Volume 1. p 36 ; Latham, P. & Mbuta, A. K., 2017, *Plants of Kongo Central Province, Democratic Republic of Congo*. Volume 1. 3rd ed p 40 ; Lim, T. K., 2015, *Edible Medicinal and Non Medicinal Plants*. Volume 9, Modified Stems, Roots, Bulbs. Springer p 3 ; Liu, Yi-tao, & Long, Chun-Lin, 2002, *Studies on Edible Flowers Consumed by Ethnic Groups in Yunnan*. *Acta Botanica Yunnanica*. 24(1):41-56 ; Macmillan, H.F. (Revised Barlow, H.S., et al), 1991, *Tropical Planting and Gardening*. Sixth edition. Malayan Nature Society. Kuala Lumpur. p 367 ; Martin, F.W. & Ruberte, R.M., 1979, *Edible Leaves of the Tropics*. Antillian College Press, Mayaguez, Puerto Rico. p 105, 201 ; McCollum, G.D., 1979, *Onions and allies*, in Simmonds N.W., (ed), *Crop Plant Evolution*. Longmans. London. p 186 ; Miguel, E., et al, 1989, *A checklist of the cultivated plants of Cuba*. *Kulturpflanze* 37. 1989, 211-357 ; Ochse, J.J. et al, 1931, *Vegetables of the Dutch East Indies*. Asher reprint. p 446 ; Oomen, H.A.P.C., & Grubben, G.J.H., 1978, *Tropical Leaf Vegetables in Human Nutrition*, Communication 69, Department of Agricultural research, RTI Amsterdam, p 93 ; Phon, P., 2000, *Plants used in Cambodia*. © Pauline Dy Phon, Phnom Penh, Cambodia. p 23 ; *Plants for a Future database*, The Field, Penpol, Lostwithiel, Cornwall, PL22 0NG, UK. <http://www.scs.leeds.ac.uk/pfaf/> ; PROSEA handbook Volume 13 Spices. p 273 ; Schneider, E., 2001, *Vegetables from Amaranth to Zucchini: The essential reference*. HarperCollins. p 433 ; Siemonsma, J. S. and Piluek, K. (Eds), 1994, *Plant Resources of South-East Asia No. 8 Vegetables*. Prosea Foundation, Bogor, Indonesia, p 73 ; Small, E., 2009, *Top 100 Food Plants. The world's most important culinary crops*. NRC Research Press. p 377 ; Solomon, C., 2001, *Encyclopedia of Asian Food*. New Holland. p 357 ; Song, M., et al, 2013, *Traditional knowledge of wild edible plants in Jeju Island, Korea*. *Indian Journal of Traditional Knowledge*. 12(2) pp 177-194 (As *Allium wakegi*) ; Sp. pl. 1:301. 1753 ; Staples, G.W. and Herbst, D.R., 2005, *A tropical Garden Flora*. Bishop Museum Press, Honolulu, Hawaii. p 680 ; Sukenti, K., et al, 2016, *Ethnobotanical study on local cuisine of the Sasak tribe in Lombok Island, Indonesia*. *Journal of Ethnic Foods*. 3 (2016) 189-200 p 198 ; Terra, G.J.A., 1973, *Tropical Vegetables*. Communication 54e Royal Tropical Institute, Amsterdam, p 19 ; Thaman, R. R., 1987, *Plants of Kiribati: A listing and analysis of vernacular names*. Atoll Research Bulletin No. 296 ; Thaman, R. R., 2016, *The flora of Tuvalu*. Atoll Research Bulletin No. 611. Smithsonian Institution p 35 ; Tindall, H.D., & Williams, J.T., 1977, *Tropical Vegetables and their Genetic Resources*, International Board for Plant Genetic Resources, Rome, p 61 ; Tindall, H.D., 1983, *Vegetables in the tropics*. Macmillan p. 23 ; 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) ; Vander Velde, N, 2003, *The Vascular Plants of Majuro Atoll, Republic of the Marshall Islands*. Atoll research Bulletin. No. 503. Smithsonian Institution. p 21 ; van Wyk, B., 2005, *Food Plants of the World. An illustrated guide*. Timber press. p 49 ; Vermeulen, N, 1998, *The Complete Encyclopedia of Herbs*. Rebo Publishers. p 35 ; Walter, A. & Lebot, V., 2007, *Gardens of Oceania*. ACIAR Monograph No. 122. p 223 ; Woodward, P., 1996, *Garlic and Friends. The History, Growth and Use of Edible Alliums*. Hyland House. p 179 ; Woodward, P., 2000, *Asian Herbs and Vegetables*. Hyland House. p 13 ; <http://cookislands.bishopmuseum.org> ; Zhang, L., et al, 2016, *Ethnobotanical study of traditional edible plants used by the Naxi people during droughts*. *Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine*. 12:39