

Launaea cornuta (Hochst. ex Oliv. et Hiern) Jeffrey

Identifiants : 18061/laucor

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

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 14/05/2024

- Classification phylogénétique :

- Clade : Angiospermes ;
- Clade : Dicotylédones vraies ;
- Clade : Astéridées ;
- Clade : Campanulidées ;
- Ordre : Asterales ;
- Famille : Asteraceae ;

- Classification/taxinomie traditionnelle :

- Règne : Plantae ;
- Division : Magnoliophyta ;
- Classe : Magnoliopsida ;
- Ordre : Asterales ;
- Famille : Asteraceae ;
- Genre : Launaea ;

- Synonymes : *Sonchus exauriculatus* (Oliv. & Hiern.) C. Jeffrey, *Sonchus cornutus* Hochst. ex Oliv. & Hiern ;

- Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : Bitter lettuce, , Achak, Lekulee, Magak, Mchunga, Moleita, Mshunga, Muthunka, Mutsungu, Suunga, Yeau ;



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

Parties comestibles : légumes, feuilles^{{{{0(+x)}}}} (traduction automatique) | Original : Vegetable, Leaves^{{{{0(+x)}}}} Les feuilles sont cuites et mangées. Il est mélangé avec d'autres légumes. Elle est amère et changer l'eau de cuisson peut réduire l'amertume

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)
86.8	0	0	3.9	0	18.7	7.2	0



néant, inconnus ou indéterminés.

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

- Liens, sources et/ou références :

dont classification :

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

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

Abukutsa-Onyango, Mary, 2007, *The diversity of cultivated African leafy vegetables in three communities in western Kenya*. AJFAND, Volume 7, No. 3 ; Burkill, H. M., 1985, *The useful plants of west tropical Africa*, Vol. 1. Kew. ; Glover et al, 1969, ; Grubben, G. J. H. and Denton, O. A. (eds), 2004, *Plant Resources of Tropical Africa 2. Vegetables*. PROTA, Wageningen, Netherlands. p 360 ; Harkonen, M. & Vainio-Mattila, K., 1998, *Some examples of Natural Products in the Eastern Arc Mountains*. Journal of East African Natural History 87:265-278 ; Jardin, C., 1970, *List of Foods Used In Africa*, FAO Nutrition Information Document Series No 2.p 86 ; Lyimo, M., et al, 2003, *Identification and nutrient composition of indigenous vegetables of Tanzania*. Plant Foods for Human Nutrition. 58: 85-92 ; Maundu, P. et al, 1999, *Traditional Food Plants of Kenya*. National Museum of Kenya. 288p ; Msuya, T. S., et al, 2010, *Availability, Preference and Consumption of Indigenous Foods in the Eastern Arc Mountains, Tanzania*, Ecology of Food and Nutrition, 49:3, 208-227 ; Ngugi, G., 1999, *Case study from Kenya in Indigenous Wild Vegetables*. Workshop in Kenya. USAID p 51 ; Peters, C. R., O'Brien, E. M., and Drummond, R.B., 1992, *Edible Wild plants of Sub-saharan Africa*. Kew. p 91 ; 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 11th April 2011] ; Schippers, R.R., 2004. *Launaea cornuta* (Hochst. ex Oliv. & Hiern) C.Jeffrey. [Internet] Record from Protabase. Grubben, G.J.H. & Denton, O.A. (Editors). PROTA (Plant Resources of Tropical Africa), Wageningen, Netherlands. < <http://database.prota.org/search.htm>>. Accessed 16 October 2009. ; Shumsky, S., et al, 2014, *Institutional factors affecting wild edible plant (WEP) harvest and consumption in semi-arid Kenya*. Land Use Policy 38(2014) 48-69 ; Smith, F. I. and Eyzaquirre, P., 2007, *African leafy vegetables: Their role in the World Health Organization's global Fruit and Vegetables Initiative*. AJFAND, Vol. 7 No. 3 (As *Sonchus oleraceus*) ; Vainio-Mattila, K., 2000, *Wild vegetables used by the Sambia in the Usumbara Mountains, NE Tanzania*. Ann. Bot. Fennici 37:57-67 ; Vainio-Mattila, K., 2000, *Wild vegetables used by the Sambia in the Usumbara Mountains, NE Tanzania*. Ann. Bot. Fennici 37:57-67