

***Nelumbo nucifera* Gaertn., 1788 cv. 'Pink Pleanum'** **(Lotus sacré)**

Identifiants : 21707/nelnuc2

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

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 17/05/2024

- **Classification phylogénétique :**

- **Clade :** Angiospermes ;
- **Clade :** Dicotylédones vraies ;
- **Ordre :** Proteales ;
- **Famille :** Nelumbonaceae ;

- **Classification/taxinomie traditionnelle :**

- **Règne :** Plantae ;
- **Division :** Magnoliophyta ;
- **Classe :** Magnoliopsida ;
- **Ordre :** Nymphaeales ;
- **Famille :** Nelumbonaceae ;
- **Genre :** *Nelumbo* ;

- **Synonymes :** *Nelumbo caspica* Eichw, *Nelumbo komarovii* Grossheim, *Nelumbo nelumbo* (L.) Druce, nom. inval, *Nelumbo nucifera* var. *macrorhizomata* Nakai, *Nelumbo speciosum* Willd, nom. illeg, *Nelumbium speciosum* Willd, *Nymphaea nelumbo* L, *Nelumbium nelumbo* (L.) Druce ;

- **Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) :** Lotus root, Indian lotus , Ambal, Ambuj, Ambuja, Aravinda, Baino, Bhen, Bhishi chya biya, Bua-luang, Bua-sai, Bunga padam, Bunga telpok, Chhouk, Chinese lotus, Dhala padma, Erra-tamara, Furong, Hasu, He flower, Hehua, He ye, Indijski lotos, Kalung, Kamal-kakri, Kamal, Kamala, Kankadi, Kanwal, Kokomba, Lian, Lin ngau, Lin, Loto, Lotosblume, Lotus china, Nelum, Nelumbo, Nelun-ala, Ngau, Padam, Padda, Padda bihar, Padema, Padma, Padon-ma-kya, Padum, Pamposh, Pankaja, Parani baha, Pavan, Pink lotus-lily, Poddoda gota, Podum, Purni punp, Renkon, Sacred Lotus lily, Salukid ba, Sen, Senthamara, Seroja, Sivapputamarai, Soh-lapudong, Suriyakamal, Tamburu, Tabare beru, Tavaregadde, Teratai, Thamara, Thamarai, Thambal, Thambou, Thamou, Upal ba, Yeonkkot ;



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

Partie(s) comestible(s)^{{{0(+x)}}} : graines, racine, tubercule, feuilles, étamines, rhizomes, graines - café, légume, fruit, fleur^{{{0(+x)}}}.

Utilisation(s)/usage(s) comestible(s)^{{{0(+x)}}} :

-les graines sont consommées crues ou grillées ; les graines mûres sont préparées en retirant le tégument et la plumule intensément amère puis bouillies dans du sirop ; les graines légèrement immatures sont également consommées crues ; les graines peuvent être utilisées comme substitut du café ;

-les racines blanches ou rhizomes sont consommées crues avec de la viande ; elles peuvent aussi être bouillies, picklées (marinées), sautées ou conservées dans du sucre ; c'est aussi une source d'amidon ;

-les hampes florales sont cuites comme légume ; elles sont également consommées crues ;

-les jeunes feuilles tendres sont consommées avec une sauce savoureuse ; les feuilles sèches sont utilisées pour emballer les aliments et leur donner un arôme ; feuilles également cuites (ex. : comme potherbe) ? (qp*) ;

-le pollen et les étamines sont utilisées pour aromatiser le thé^{{{0(+x)}}}.

Ses rhizomes et ses graines sont employés dans la cuisine japonaise. On trouve sur les marchés du Japon, de même qu'en Chine, en Cochinchine et dans le royaume de Siam, des morceaux de rhizomes de Lotus, désignés sous le nom de Hasunone. Le goût de ces rhizomes, quand ils sont cuits, rappelle celui de la Rave, du Cardon et du Céleri ; on les mange crus, cuits à l'eau et sous la cendre, bouillis ou frits comme les Salsifis ; on les réduit aussi en poudre qu'on fait sécher, et dont on se sert surtout pour les soupes ; on en retire une fécule de couleur blanc rosé qui est consommée dans les potages. Quant aux graines, qui ont un peu le goût de la Noisette et de l'Amande douce, elles sont alimentaires et les Japonais les mangent à leurs repas comme mets sucrés ; on en fait des gâteaux et des pâtisseries^{[[76(+x)]]}.

Les graines sont consommées crues ou grillées. Les graines mûres sont préparées en enlevant le tégument et la plumule intensément amère, puis bouillies dans du sirop. Les graines légèrement non mûres sont également consommées crues. Les graines peuvent être utilisées comme substitut du café. Les racines ou rhizomes blancs sont consommés crus avec de la viande. Ils peuvent également être bouillis, marinés, sautés ou conservés dans du sucre. C'est aussi la source d'amidon. Les tiges de fleurs sont cuites comme légume. Ils sont également consommés crus. Les jeunes feuilles tendres se mangent avec une sauce salée. Les feuilles sèches sont utilisées pour envelopper les aliments et leur donner de la saveur. Le pollen et les étamines sont utilisés pour aromatiser le thé

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

Original : Seed^{[[0(+x)]]}

Taux d'humidité	Énergie (kj)	Énergie (kcal)	Protéines (g)	Pro-vitamines A (µg)	Vitamines C (mg)	Fer (mg)	Zinc (mg)
38.8	545	130	8.8	2	3	8.0	0.2



néant, inconnus ou indéterminés.néant, inconnus ou indéterminés.

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

- Liens, sources et/ou références :

dont classification :