

Phyllanthus emblica L., 1753 (Malaka)

Identifiants : 24077/phyemb

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

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 27/04/2024

- Classification phylogénétique :

- Clade : Angiospermes ;
- Clade : Dicotylédones vraies ;
- Clade : Rosidées ;
- Clade : Fabidées ;
- Ordre : Malpighiales ;
- Famille : Phyllanthaceae ;

- Classification/taxinomie traditionnelle :

- Règne : Plantae ;
- Division : Magnoliophyta ;
- Classe : Magnoliopsida ;
- Ordre : Euphorbiales ;
- Famille : Euphorbiaceae ;
- Genre : Phyllanthus ;

- Synonymes : *Emblica officinalis* Gaertn. 1790 ;

- Synonymes français : melaka, groseiller népalais ou indien ;

- Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : emblic, myrobalan , Aamala, Aaula, Adiphala, Amala, Amalagam, Ambare segun, Amalaka, Amalakamu, Amali, Amalika, Ambal, Ambala, Ambla, Amblai, Ambula, Amla, Amlaki, Amlika, Amlokhi, Amloki, Anola, Aola, Aonla, Aoola, Aungra, Aunra, Avla, Awala, Awalkante, Awla, Awusada-nelli, Balaka, Beys goanbili, Chayahkya, Chohroshi, Dhatri, Gam so-lu, Ganlan, Hamlaithai, Heikru, Htakyu, Indian gooseberry, Jahka chi, Jauka chi, Kam tawt, Kantuet prei, Kantuot prey, Kaoxiameidiang, Kattuneli, Kayu laka, Kemlaka, Khulhu, Kik, Kok kham phon, Kontoutprey, Kuhl, Kyurba, Laka-laka, Mahanbo, Mai-hkam, Makam paun, Ma kham pom, Malacca tree, Malainelli, Malaka, Me rung, Melaka, Mirobalanos emblicos, Nalli, Nelli, Nellikai, Nelli kaayi, Nellikkai, Peru nelli, Phang, Pohon kimalaka, Pokok malaka, Rihaushi, Ringa, Sanmopi, Seqe, Se-sar, Se-shar, Set-kalwe, Set-thalwe, Shabyu, Sii nya saa, Skyu-ru, Soh-mylleng, Sohlu, Sohmyrlain, Sunhlu, Tasha, Taya, Thelu kame, Usirikai, Xicha, Zepyu, Zibya, Zibyu ;



- Note comestibilité : ***

- 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, fruit, feuilles, pétales de fleur^{{{0(+x)}}}.

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

-les fruits sont cuits et utilisés dans les conserves ; les fruits sont acides et peuvent être consommés frais ou utilisés pour l'aromatisation ; ils sont également utilisés comme assaisonnement dans les aliments cuits ; ils sont picklés et transformés en confitures, gelées, conserves, tartes et autres aliments ; les copeaux de fruits secs sont assaisonnés avec des graines de cumin, du sel et du yaourt et consommés ;

-graines et feuilles vertes sont comestibles^{{{0(+x)}}} ; feuilles cuites (ex. : comme potherbe) ? (qp*).

Les fruits sont cuits et utilisés dans les conserves. Les fruits sont acides et peuvent être consommés frais ou utilisés pour

aromatiser. Ils sont également utilisés comme assaisonnement dans les plats cuisinés. Ils sont marinés et transformés en confitures, gelées, conserves, tartes et autres aliments. Les chips de fruits secs sont assaisonnées de graines de carvi, de sel et de yaourt et mangées. Les graines et les feuilles non mûres sont comestibles

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

Original : Fruit^{{{0(+x)}}}

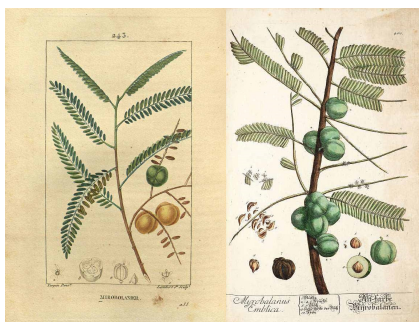
Taux d'humidité	Énergie (kj)	Énergie (kcal)	Protéines (g)	Pro-vitamines A (µg)	Vitamines C (mg)	Fer (mg)	Zinc (mg)
78.4	281	67	0.6	0	316	0.9	0.5



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

- Note médicinale : *****

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



De gauche à droite :

Par Chaumeton, F.P., Flore médicale (1828-1832) Fl. Med. vol. 5 (1831) t. 243, via plantillustrations

Par Blackwell, E., Herbarium Blackwellianum (1747-1773) Herb. Blackwell. vol. 4 (1760) t. 400, via plantillustrations

- Autres infos :

dont infos de "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

- Statut :

Les fruits sont vendus sur les marchés. Les fruits sont surtout consommés par les enfants. C'est un fruit mineur important de la zone aride^{{{0(+x)}}} (traduction automatique).

Original : The fruit are sold in markets. The fruit are eaten especially by children. It is an important arid zone minor fruit^{{{0(+x)}}}.

- Distribution :

Une plante tropicale. Il convient aux basses terres tropicales chaudes et humides. Il est originaire d'Asie tropicale. Il pousse dans la savane aride et buissonnante. Il pousse de 10-20 m à 1400-1500 m d'altitude. Il pousse souvent sur des sols pauvres et peu profonds. Il est léger et tolérant à la sécheresse. Il peut tolérer les incendies de forêt. Ils sont communs dans les forêts tropicales de feuillus en Inde. Cela convient aux régions subtropicales. Il a besoin de températures chaudes au moment de la formation des boutons floraux. Les périodes de sécheresse pendant la fructification font tomber les fruits. Il peut tolérer des températures basses et élevées une fois établi. Il peut tolérer les sols avec un pH 6-10. Certaines variétés peuvent tolérer les sols salins. Dans XTBG Yunnan. Au Sichuan^{{{0(+x)}}} (traduction automatique).

Original : A tropical plant. It suits the hot humid tropical lowlands. It is native to tropical Asia. It grows in arid bushy savannah. It grows from 10-20 m to 1400-1500 m altitude. It often grows on poor shallow soils. It is light demanding and drought tolerant. It can tolerate forest fires. They are common in tropical deciduous forest in India. It suits the subtropics. It needs warm temperatures at time of flower bud formation. Dry times during fruiting cause fruit to drop. It can tolerate low and high temperatures once established. It can tolerate soils with a pH 6-10. Some varieties can tolerate saline soils. In XTBG Yunnan. In Sichuan^{{{0(+x)}}}.

◦ Localisation :

Afrique, Andamans, Asie, Australie, Bangladesh, Bhoutan, Brésil, Cambodge, Amérique centrale, Chine, Cuba, Afrique de l'Est, Fidji, Hawaï, Himalaya, Inde, Indochine, Indonésie *, Iran, Laos, Malaisie *, Maldives, Myanmar, Népal, Inde du Nord-Est, Inde du Nord-Ouest, Pacifique, Pakistan, Philippines, Porto Rico, Asie du Sud-Est, Sikkim, Amérique du Sud, Sri Lanka, Taiwan, Thaïlande, Tibet, USA, Vietnam^{{{0(+x)}} (traduction automatique)}.

Original : Africa, Andamans, Asia, Australia, Bangladesh, Bhutan, Brazil, Cambodia, Central America, China, Cuba, East Africa, Fiji, Hawaii, Himalayas, India, Indochina, Indonesia*, Iran, Laos, Malaysia*, Maldives, Myanmar, Nepal, Northeastern India, NW India, Pacific, Pakistan, Philippines, Puerto Rico, SE Asia, Sikkim, South America, Sri Lanka, Taiwan, Thailand, Tibet, USA, Vietnam^{{{0(+x)}}.}

◦ Notes :

Il existe environ 750 espèces de *Phyllanthus*. Ils sont principalement sous les tropiques. Le fruit est riche en vitamine C. Il a des propriétés anticancéreuses. Il a été utilisé pour réduire les dommages causés par l'arsenic^{{{0(+x)}} (traduction automatique)}.

Original : There are about 750 *Phyllanthus* species. They are mostly in the tropics. The fruit are high in Vitamin C. It has anticancer properties. It has been used to reduce arsenic damage^{{{0(+x)}}.}

- Nombre de graines au gramme : 53 ;

- Liens, sources et/ou références :

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

dont classification :

◦ "The Plant List" (en anglais) : www.theplantlist.org/tpl1.1/record/kew-153790 ;

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

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

Ambasta, S.P. (Ed.), 2000, *The Useful Plants of India*. CSIR India. p 195 (*As Emblica officinalis*) ; Anderson, E. F., 1993, *Plants and people of the Golden Triangle*. Dioscorides Press. p 218 ; Aryal, K. P. et al, 2009, *Uncultivated Plants and Livelihood Support - A case study from the Chepang people of Nepal*. *Ethnobotany Research and Applications*. 7:409-422 ; Bajracharya, D., 1980, *Nutritive Values of Nepalese Edible Wild Fruits*. *Z. Lebensm. Unters. Forsch.* 171: 363-366 ; Barwick, M., 2004, *Tropical and Subtropical Trees*. *A Worldwide Encyclopedic Guide*. Thames and Hudson p 318 ; Bodkin, F., 1991, *Encyclopedia Botanica*. Cornstalk publishing, p 789 ; Bole, P.V., & Yaghani, Y., 1985, *Field Guide to the Common Trees of India*. OUP p 43 (*As Emblica officinalis*) ; Coronel, R.E., 1982, *Fruit Collections in the Philippines*. *IBPGR Newsletter* p 9 (*As Emblica officinalis*) ; Coronel, R.E., 1982, *Fruit Collections in the Philippines*. *IBPGR Newsletter* p 10 ; Davis, S.D., Heywood, V.H., & Hamilton, A.C. (eds), 1994, *Centres of plant Diversity*. WWF. Vol 1 or 2. p 125 ; Davis, S.D., Heywood, V.H., & Hamilton, A.C. (eds), 1994, *Centres of plant Diversity*. WWF. Vol 1 or 2. p 112 (*As Emblica officinalis*) ; Delang, C. O., 2007, *Ecological Succession of Usable Plants in an Eleven-Year Fallow Cycle in North Lao P.D.R.*, *Ethnobotany Research and Applications*. Vol. 5:331-350 ; Dhyani, S.K., & Sharma, R.V., 1987, *Exploration of Socio-economic plant resources of Vyasi Valley in Tehri Garwhal*. *J. Econ. Tax. Bot.* Vol. 9 No. 2 pp 299-310 (*As Emblica officinalis*) ; Facciola, S., 1998, *Cornucopia 2: a Source Book of Edible Plants*. Kampong Publications, p 100 (*As Emblica officinalis*) ; *Flora of Pakistan*. www.eFloras.org ; Flowerdew, B., 2000, *Complete Fruit Book*. Kyle Cathie Ltd., London. p 245 (*As Emblica officinalis*) ; *Food Composition Tables for use in East Asia* FAO <https://www.fao.org/infoods/directory> No. 858 ; Fu, Yongneng, et al, 2003, *Relocating Plants from Swidden Fallows to Gardens in Southwestern China*. *Economic Botany*, 57(3): 389-402 ; *Forest Inventory and Planning Institute*, 1996, *Vietnam Forest Trees*. Agriculture Publishing House p 243 ; Ghimeray, A. K., Lamsal, K., et al, 2010, *Wild edible angiospermic plants of the Illam Hills (Eastern Nepal) and their mode of use by local community*. *Korean J. Pl. Taxon.* 40(1) (*As Emblica officinalis*) ; Ghorbani, A., et al, 2012, *A comparison of the wild food plant use knowledge of ethnic minorities in Naban River Watershed Nature Reserve, Yunnan, SW China*. *Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine*; 8:17 ; Hani Medicine of Xishuangbanna, 1999, p 147 ; Hearne, D.A., & Rance, S.J., 1975, *Trees for Darwin and Northern Australia*. AGPS, Canberra p 94, Pl 27 ; Hedrick, U.P., 1919, (Ed.), *Sturtevant's edible plants of the world*. p 489 ; Hu, Shiu-ying, 2005, *Food Plants of China*. The Chinese University Press. p 512 ; Jacquat, C., 1990, *Plants from the Markets of Thailand*. D.K. Book House p 77 ; Jansen, P.C.M., 2005. *Phyllanthus emblica* L. [Internet] Record from Protabase. Jansen, P.C.M. & Cardon, D. (Editors). PROTA (Plant Resources of Tropical Africa), Wageningen, Netherlands. {{{ <https://database.prota.org/search.htm>}. Accessed 21 October 2009 19 October 2009. ; Jardin, C., 1970, *List of Foods Used In Africa*, FAO Nutrition Information Document Series No 2.p 154 ; Jin, Chen et al, 1999, *Ethnobotanical studies on Wild Edible Fruits in Southern Yunnan: Folk Names: Nutritional Value and Uses*. *Economic Botany* 53(1) pp 2-14 ; Johnson, N., 2002, *Environmental Change in northern Thailand: Impact on Wild Edible Plant Availability*. *Ecology of Food and Nutrition*, 41: 5, 373-399 ; Ju, Y., et al, 2013, *Eating from the wild:*

diversity of wild edible plants used by Tibetans in Shangri-la region, Yunnan, China, *Journal of Ethnobiology and Ethno medicine* 9:28 ; Kintzios, S. E., 2006, Terrestrial Plant-Derived Anticancer Agents and Plant Species Used in Anticancer research. *Critical Reviews in Plant Sciences*. 25: pp 79-113 (Also as *Embllica officinalis*) ; Krishen P., 2006, Trees of Delhi, A Field Guide. DK Books. p 184 ; Lalfakzuala, R., 2007, Ethnobotanical usages of plants in western Mizoram. *Indian Journal of Traditional Knowledge*. Vol 6(3) pp 480-493 (As *Embllica officinalis*) ; Lorenzi, H., Bacher, L., Lacerda, M. & Sartori, S., 2006, Brazilian Fruits & Cultivated Exotics. Sao Paulo, Instituto Plantarum de Estudos da Flora Ltda. p 475 ; Lyle, S., 2006, Discovering fruit and nuts. Land Links. p 320 ; Macmillan, H.F. (Revised Barlow, H.S., et al) 1991, Tropical Planting and Gardening. Sixth edition. Malayan Nature Society. Kuala Lumpur. p 305 ; Maheshwari, J.K., & Singh, J.P., 1984, Contribution to the Ethnobotany of Bhoxa Tribe of Bijnor and Pauri Garhwal Districts, U.P. *J. Econ. Tax. Bot.* Vol.5. No.2 pp 253- (As *Embllica officinalis*) ; Maikhuri, R. K, and Gangwar, A. K., 1993, Ethnobiological Notes on the Khasi and Garo Tribes of Meghalaya, Northeast India, *Economic Botany*, Vol. 47, No. 4, pp. 345-357 ; Manandhar, N.P., 2002, Plants and People of Nepal. Timber Press. Portland, Oregon. p 359 ; 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 (As *Embllica officinalis*) ; Martin, F.W. & Ruberte, R.M., 1979, Edible Leaves of the Tropics. Antillian College Press, Mayaguez, Puerto Rico. p 57, 192 ; Martin, F. W., et al, 1987, Perennial Edible Fruits of the Tropics. USDA Handbook 642 p 27 ; Martin, M.A., 1971, Introduction L'Ethnobotanique du Cambodge. Centre National de la Recherche Scientifique. Paris. ; Menninger, E.A., 1977, Edible Nuts of the World. Horticultural Books. Florida p 52 ; Morton, J. F., 1987, Fruits of Warm Climates. Wipf & Stock Publishers p 211 ; Mot So Rau Dai an Duoc O Vietnam. Wild edible Vegetables. Ha Noi 1994, p 224 ; Ochse, J.J. et al, 1931, Vegetables of the Dutch East Indies. Asher reprint. p 286 ; Patiri, B. & Borah, A., 2007, Wild Edible Plants of Assam. Geethaki Publishers. p 129 ; Pfoze, N. L., et al, 2012, Assessment of Local Dependency on Selected Wild Edible Plants and fruits from Senapati district, Manipur, Northeast India. *Ethnobotany Research & Applications* 10:357-367 (As *Embllica officinalis*) ; Pfoze, N. L., et al, 2012, Survey and assessment of floral diversity on wild edible plants from Senapati district of Manipur, Northeast India. *Journal of Biodiversity and Environmental Sciences*. 1(6):50-52 (As *Embllica officinalis*) ; Phon, P., 2000, Plants used in Cambodia. © Pauline Dy Phon, Phnom Penh, Cambodia. p 497 ; Premi, B. R., Sethi, V., Saxena, D. B., 1998, Studies on identification of white specks in cured aonla (*Embllica officinalis* Gaertn.) fruits. *Food Chemistry* 61(1/2): 9-11 (As *Embllica officinalis*) ; PROSEA ; Pursglove, J.W., 1968, Tropical Crops Dicotyledons, Longmans. p 139 ; Rashid, H. E., 1977, Geography of Bangladesh. Westview. p 348 (As *Phyllanthus emblica*) ; Rashid, A., Anand, V.K. & Serwar, J., 2008, Less Known Wild Plants Used by the Gujjar Tribe of District Rajouri, Jammu and Kashmir State. *International Journal of Botany* 4(2):219-244 (As *Embllica officinalis*) ; Recher, P, 2001, Fruit Spirit Botanical Gardens Plant Index. www.nrg.com.au/~recher/seedlist.html p 3 (As *Phyllanthus emblica*) ; Sahni, K.C., 2000, The Book of Indian Trees. Bombay Natural History Society. Oxford. p 146 (As *Embllica officinalis*) ; Sarma, H., et al, 2010, Updated Estimates of Wild Edible and Threatened Plants of Assam: A Meta-analysis. *International Journal of Botany* 6(4): 414-423 ; Sasi, R. & Rajendran, A., 2012, Diversity of Wild Fruits in Nilgiri Hills of the Southern Western Ghats - Ethnobotanical Aspects. *IJABPT*, 3(1) p 82-87 ; Saw, L.G., LaFrankie, J. V. Kochummen, K. M., Yap S. K., 1991, Fruit Trees in a Malaysian Rain Forest. *Economic Botany*, Vol. 45, No. 1, pp. 120-136 ; Sawian, J. T., et al, 2007, Wild edible plants of Meghalaya, North-east India. *Natural Product Radiance* Vol. 6(5): p 416 (As *Embllica officinalis*) ; Shah, G.L. et al, 1981, An account of the Ethnobotany of Saurashtra in Gujarat State (India). *J. Econ. Tax. Bot.* Vol 2 pp 173-182 (As *Embllica officinalis*) ; Sharma, B.D., & Lakshminarasimhan, P., 1986, Ethnobotanical Studies on the Tribals of Nasik District (Maharashtra). *J. Econ. Tax. Bot.* Vol. 8 No. 2 pp 439-446 (As *Embllica officinalis*) ; Sharma, B.B., 2005, Growing fruits and vegetables. Publications Division. Ministry of Information and broadcasting. India. p 7 (As *Embllica officinalis*) ; Singh, H.B., Arora R.K., 1978, Wild edible Plants of India. Indian Council of Agricultural Research, New Delhi. p 59, 76 ; Singh, V. and Singh, P., 1981, Edible Wild Plants of Eastern Rajasthan. *J. Econ. Tax. Bot.* Vol 2 pp 197-207 ; Slik, F., www.asianplant.net ; Smith, A.C., 1981, Flora Vitiensis Nova, Lawaii, Kuai, Hawaii, Volume 2 p 462 ; Sp. pl. 2:982. 1753 ; Srivastava, R. C., 2010, Traditional knowledge of Nyishi (Daffla) tribe of Arunachal Pradesh. *Indian Journal of Traditional Knowledge*. 9(1):26-37 (As *Embllica officinalis*) ; Staples, G.W. and Herbst, D.R., 2005, A tropical Garden Flora. Bishop Museum Press, Honolulu, Hawaii. p 294 ; Swaminathan, M.S., and Kochnar, S.L., 2007, An Atlas of major Flowering Trees in India. Macmillan. p 234 (As *Embllica officinalis*) ; Terra, G.J.A., 1973, Tropical Vegetables. Communication 54e Royal Tropical Institute, Amsterdam, p 67 ; Tewari, D.N., 1994, Important Plants of India. International Book Distributors, India. p 21 (As *Embllica officinalis*) ; Thitiprasert, W., et al, 2007, Country report on the State of Plant Genetic Resources for Food and Agriculture in Thailand (1997-2004). FAO p 95 ; 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 Sam, H. et al, 2008, Uses and Conservation of Plant Species in a National Park. A case study of Ben En, Vietnam. *Economic Botany* 62:574-593 ; van Wyk, B., 2005, Food Plants of the World. An illustrated guide. Timber press. p 292 ; Wickens, G.E., 1995, Edible Nuts. FAO Non-wood forest products. FAO, Rome. p 122 ; www.nationalherbarium.nl/thaueuph/ Flora of Thailand.