

# Pleurotus ostreatus (Jacq. ex Fries) Kummer var. sativus

Identifiants : 24884/pleuostrd

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

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 18/05/2024

- Classification/taxinomie traditionnelle :

- Règne : Fungi ;
- Division : Basidiomycota ;
- Classe : Agaricomycetes ;
- Ordre : Agaricales ;
- Famille : Pleurotaceae ;
- Genre : Pleurotus ;

- Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : Oyster mushroom, Tree oyster mushroom , Abalone mushroom, Bamboo sati, Hed rang rom Bhutan, Hiratake, Hira-take, How gu, Kanney, Kanye chya, Marmo syamu, Mukhum hafalam, Naki shamong, Oyster mushroom, Patak, Pinggu, Pleurotte, Shimeji, Tit lakhar, Uyen, Welu sati ;

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

Partie(s) comestible(s) : champignon, épice, légume.

Utilisation(s)/usage(s) culinaire(s) : il est comestible mais peut causer de la diarrhée et des troubles intestinaux chez certaines personnes ; les jeunes sporophores sont utilisés dans des soupes, des pâtes et des plats de fruits de mer ; ils sont cuits, sautés au beurre, préparés en tempura, utilisés dans les soupes, les sauces et les ragoûts ; ils peuvent être séchés ou conservés dans de l'huile ; ils sont également surgelés ou appertisés.

Il est comestible mais peut provoquer des diarrhées et des troubles intestinaux chez certaines personnes. Les jeunes fructifications sont utilisées dans les soupes, les pâtes et les plats de fruits de mer. Ils sont cuits, sautés au beurre, préparés en tempura, utilisés dans les soupes, les sauces et les casseroles. Il peut être séché ou conservé dans l'huile. Ils sont également congelés ou en conserve

Partie testée : champignon cru (traduction automatique)

Original : Mushroom raw

| Taux d'humidité | Énergie (kj) | Énergie (kcal) | Protéines (g) | Pro-vitamines A (µg) | Vitamines C (mg) | Fer (mg) | Zinc (mg) |
|-----------------|--------------|----------------|---------------|----------------------|------------------|----------|-----------|
| 87.8            | 155          | 37             | 4.1           | 5                    | 0                | 1.7      | 0.8       |



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 : <sup>0</sup>"Food Plants International" (en anglais) ;***