

Vicia faba L., 1753 (Fève)

Identifiants : 40523/vicfab

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

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 10/05/2024

- Classification phylogénétique :

- Clade : Angiospermes ;
- Clade : Dicotylédones vraies ;
- Clade : Rosidées ;
- Clade : Fabidées ;
- Ordre : Fabales ;
- Famille : Fabaceae ;

- Classification/taxinomie traditionnelle :

- Règne : Plantae ;
- Division : Magnoliophyta ;
- Classe : Magnoliopsida ;
- Ordre : Fabales ;
- Famille : Fabaceae ;
- Genre : Vicia ;

- Synonymes : *Faba vulgaris* Moench ;

- Synonymes français : fève des marais, gourgane (au québec), fève des champs, fève des jardins, fève d'abondance, grosse fève [*Vicia faba* et var. *faba*], vesce gorgane, féverolle [*Vicia faba* et var. *minuta*], fève de cheval (fève à cheval) [*Vicia faba* et var. *equina*], gourgane [var. *faba*], fayot, gorgane ;

- Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : bell-bean, broad-bean (broad bean), broad-bean [var. *faba*], faba-bean [var. *faba*], faba-bean, fava-bean [var. *faba*], fava-bean, field-bean [var. *equina*], horse-bean [var. *equina*], tick-bean [var. *minuta*], Windsor-bean [var. *faba*], can dou (cn transcrit), Ackerbohne [var. *minuta*] (de), dicke Bohne [var. *faba*] (de), Pferdebohne [var. *equina*] (de), Puffbohne [var. *faba*] (de), fava (it), favetta (it), favino (it), sora-mame (jp romaji), faveira [var. *equina*], konskij bob (ru translittéré), haba [var. *faba*] (es), haba cabalar [var. *equina*] (es), haba común [var. *faba*] (es), haba menor [var. *minuta*] (es), bondböna (sv) ;

- Rusticité (résistance face au froid/gel) : -28/-29°C ({{{ -5°C/-5/-7/-20°C selon d'autres sources }});



- Note comestibilité : ****

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

Ce sont surtout les jeunes graines que l'on mange mais celles matures, les gousses tendres et les feuilles sont également consommées cuites ; les graines sèches peuvent être bouillies, réduites en farine et ajoutées à des soupes ou utilisées pour la fabrication de tofu ; enfin, les graines germées sont également comestibles cuites ;

Détails :

Partie(s) comestible(s)^{{{{0(+x)}}} : graines, feuilles, gousses, légume^{{{{0(+x)}}}.

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

-ce sont surtout les jeunes haricots que l'on mange ;

-les haricots et les feuilles mûres sont également comestibles^{{{{0(+x)}}} ; feuilles cuites (ex. : comme potherbe)^{{{{0(dp*)}}}.

- les haricots secs peuvent être bouillis, en farine et ajoutées à des soupes ou utilisés pour la fabrication de tofu ;
- les graines germées sont cuites et mangées ;
- les gousses tendres sont consommées comme légume^{{{0(+x)}}}.^(1*)

Ce sont surtout les jeunes haricots qui sont consommés. Les haricots mûrs et les feuilles sont également comestibles. Les feuilles sont utilisées pour le sarma en Turquie. Ils sont enroulés autour d'une garniture de riz ou de viande hachée. Les haricots secs peuvent être bouillis, moulus en farine et ajoutés aux soupes ou utilisés pour faire du tofu. Les graines germées sont cuites et mangées. Les gousses tendres sont consommées comme légume. ATTENTION: Certaines personnes, principalement d'origine méditerranéenne, peuvent contracter une maladie appelée favisme à partir de ces haricots. Les haricots doivent être bien cuits. Ils peuvent également réagir avec certaines personnes utilisant certains médicaments antidépresseurs

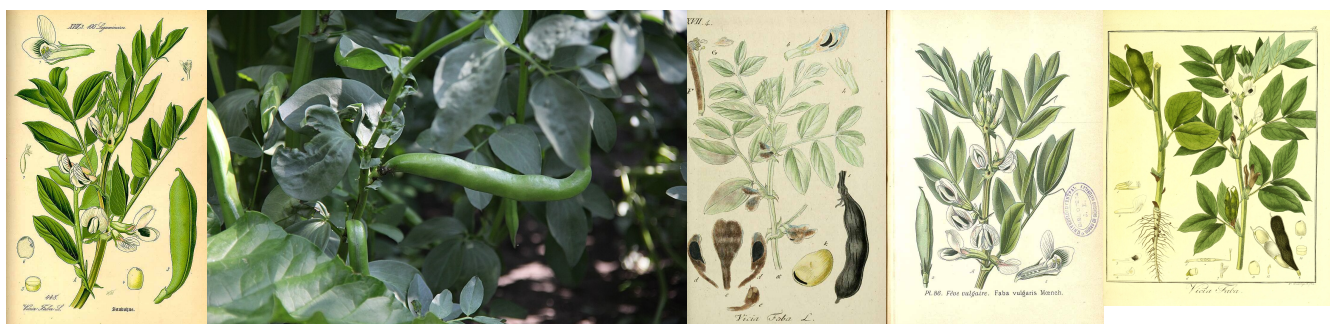
Partie testée : graines fraîches crues^{{{0(+x)}}} (traduction automatique)
Original : Fresh Seeds raw^{{{0(+x)}}}

Taux d'humidité	Énergie (kj)	Énergie (kcal)	Protéines (g)	Pro-vitamines A (µg)	Vitamines C (mg)	Fer (mg)	Zinc (mg)
76	315	75	7.1	35	140	1.9	0.6



(1*)ATTENTION : certaines personnes, principalement d'origine méditerranéenne, sont sensibles aux fèves brutes (crues) et peuvent devenir très malades quand ils mangent les grains tels quels ; cette maladie s'appelle favisme ; les grains doivent être bien cuits ; en outre, ils peuvent réagir avec des gens utilisant certains médicaments antidépresseurs.(1*)ATTENTION^{{{0(+x)}}} : certaines personnes^{{{0(+x),ehow}}}, principalement d'origine méditerranéenne^{{{0(+x)}}}, sont sensibles aux fèves brutes (crues) et peuvent devenir très malades quand ils mangent les grains tels quels^{{{ehow}}} ; cette maladie s'appelle favisme ; les grains doivent être bien cuits ; en outre, ils peuvent réagir avec des gens utilisant certains médicaments antidépresseurs^{{{0(+x)}}}.

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



De gauche à droite :

Par Thomé, O.W., Flora von Deutschland Österreich und der Schweiz (1886-1889) Fl. Deutschl., via plantillustrations

Par Nina Gerlach, via wikimedia

Par Sturm, J., Sturm, J.W., Deutschlands flora (1798-1855) Deutschl. Fl., via plantillustrations

Par Masclef, A., Atlas des plantes de France (1890-1893) Atlas Pl. France, via plantillustrations

Par Hayne, F.G., Getreue Darstellung und Beschreibung der in der Arzneykunde gebräuchlichen Gewächse (1805-1846) Getreue Darstell. Gew., via plantillustrations

- Autres infos :

dont infos de "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

- Statut :

C'est un légume cultivé commercialement. Modérément commun dans certaines régions montagneuses de Papouasie-Nouvelle-Guinée mais ne produit pas bien. C'est une culture majeure en Chine^{{{0(+x)}}} (traduction automatique).

Original : It is a commercially cultivated vegetable. Moderately common in some highland areas of Papua New Guinea but does not produce well. It is a major crop in China^{{{0(+x)}}}.

◦ **Distribution :**

Une plante tempérée. Il ne convient que pour les hautes terres de plus de 1200 m environ. sous les tropiques. Il se produit principalement entre 1900 et 2700 m d'altitude dans les zones équatoriales. Il est tolérant au gel. Il résiste à la sécheresse. Il peut pousser jusqu'à 4 ° C. Dans les basses terres tropicales chaudes, il fleurit souvent mais ne produit pas de graines. Il nécessite des sols fertiles. Il fait mieux avec une chaux adéquate. Il a besoin d'un pH de 6,4 à 7,2. Il peut tolérer une certaine salinité. Au Népal, ils atteignent 1800 m d'altitude. Il convient aux zones de rusticité 8-10. Au Yunnan^{{{0(+x)}}} (traduction automatique).

Original : A temperate plant. It is only suitable for the highlands over about 1200 m. in the tropics. It mainly occurs between 1900 and 2700 m altitude in equatorial zones. It is frost tolerant. It is resistant to drought. It can grow with temperatures down to 4Â°C. In the lowland hot tropics it often flowers but does not set seed. It requires fertile soils. It does best with adequate lime. It needs a pH of 6.4-7.2. It can tolerate some salinity. In Nepal they grow to 1800 m altitude. It suits hardiness zones 8-10. In Yunnan^{{{0(+x)}}}.

◦ **Localisation :**

Afghanistan, Afrique, Algérie, Argentine, Asie, Australie, Autriche, Bangladesh, Belgique, Bolivie, Brésil, Grande-Bretagne, Bulgarie, Canada, Caucase, Afrique centrale, Amérique centrale, Tchad, Chine, Colombie, Comores, Îles Cook, Costa Rica, Croatie, Cuba, République tchèque, Danemark, République dominicaine, Afrique de l'Est, Timor oriental, Équateur, Égypte, Érythrée, Estonie, Éthiopie, Europe, Fidji, Finlande, France, Géorgie, Allemagne, Grèce, Guatemala, Haïti, Himalaya, Hongrie, Islande, Inde, Indochine, Indonésie, Iran, Irak, Irlande, Israël, Italie, Japon, Kenya, Koweït, Kirghizistan, Liban, Libye, Macédoine, Madagascar, Malte, Maurice, Méditerranée, Mexique, Mongolie, Maroc, Mozambique, Myanmar, Népal, Pays-Bas, Nouvelle-Zélande, Afrique du Nord, Amérique du Nord, Norvège, Pacifique, Pakistan, Palestine, Papouasie-Nouvelle-Guinée, PNG, Paraguay, Pérou, Philippines, Pologne, Portugal, Porto Rico, Roumanie, Russie, Rwanda, Scandinavie, Asie du Sud-Est, Serbie, Sikkim, Slovaquie, Afrique du Sud, Afrique australe, Amérique du Sud, Espagne, Sri Lanka, Soudan, Suède, Suisse, Syrie, Taïwan, Tadjikistan, Tasmanie, Thaïlande, Timor-Leste, Tunisie, Turquie, Ouganda, Uruguay, USA, Vietnam, Antilles, Yémen, Yougoslavie^{{{0(+x)}}} (traduction automatique).

Original : Afghanistan, Africa, Algeria, Argentina, Asia, Australia, Austria, Bangladesh, Belgium, Bolivia, Brazil, Britain, Bulgaria, Canada, Caucasus, Central Africa, Central America, Chad, China, Colombia, Comoros, Cook Islands, Costa Rica, Croatia, Cuba, Czech Republic, Denmark, Dominican Republic, East Africa, East Timor, Ecuador, Egypt, Eritrea, Estonia, Ethiopia, Europe, Fiji, Finland, France, Georgia, Germany, Greece, Guatemala, Haiti, Himalayas, Hungary, Iceland, India, Indochina, Indonesia, Iran, Iraq, Ireland, Israel, Italy, Japan, Kenya, Kuwait, Kyrgyzstan, Lebanon, Libya, Macedonia, Madagascar, Malta, Mauritius, Mediterranean, Mexico, Mongolia, Morocco, Mozambique, Myanmar, Nepal, Netherlands, New Zealand, North Africa, North America, Norway, Pacific, Pakistan, Palestine, Papua New Guinea, PNG, Paraguay, Peru, Philippines, Poland, Portugal, Puerto Rico, Romania, Russia, Rwanda, Scandinavia, SE Asia, Serbia, Sikkim, Slovenia, South Africa, Southern Africa, South America, Spain, Sri Lanka, Sudan, Sweden, Switzerland, Syria, Taiwan, Tajikistan, Tasmania, Thailand, Timor-Leste, Tunisia, Turkey, Uganda, Uruguay, USA, Vietnam, West Indies, Yemen, Yugoslavia^{{{0(+x)}}}.

◦ **Notes :**

Il existe environ 140 espèces de Vicia. Ils sont pour la plupart tempérés^{{{0(+x)}}} (traduction automatique).

Original : There are about 140 Vicia species. They are mostly temperate^{{{0(+x)}}}.

- Nombre de graines au gramme : 0,4/0,65/0,9/1,09 ;

- Liens, sources et/ou références :

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

dont classification :

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 675 ; Anderson, E. F., 1993, *Plants and people of the Golden Triangle*. Dioscorides Press. p 224 ; Bianchini, F., Corbetta, F., and Pistoia, M., 1975, *Fruits of the Earth*. Cassell. p 38 ; Bond, D.A., 1979, *Field bean*, in Simmonds N.W., (ed), *Crop Plant Evolution*. Longmans. London. p 179 ; Cheifetz, A., (ed), 1999, *500 popular vegetables, herbs, fruits and nuts for Australian Gardeners*. Random House p 106 ; Creasy, R., 2000, *The Edible Asian Garden*. Periplus p 26 ; Cundall, P., (ed.), 2004, *Gardening Australia: flora: the gardener's bible*. ABC Books. p 1470 ; Ertug, F., 2004, *Wild Edible Plants of the Bodrum Area*. (Mugla, Turkey). Turk. J. Bot. 28 (2004): 161-174 ; Facciola, S., 1998, *Cornucopia 2: a Source Book of*

Edible Plants. Kampong Publications, p 104 (*As Faba vulgaris*) ; Flora of Pakistan. www.eFloras.org ; Hadfield, J., 2001, The A-Z of Vegetable Gardening in South Africa. Struik p 76 ; Haq, N., Anthony, K., Sarwar, M., and Ahmad, Z. (eds.), 1998, Underutilized Crops of Pakistan. Plant Genetic Resources Institute. p 12 ; Hedrick, U.P., 1919, (Ed.), Sturtevant's edible plants of the world. p 674 ; Hernandez Bermejo, J.E., and Leon, J. (Eds.), 1994, Neglected Crops. 1492 from a different perspective. FAO Plant Production and Protection Series No 26. FAO, Rome. p 294 ; Hibbert, M., 2002, The Aussie Plant Finder 2002, Florilegium. p 306 ; https://palaeworks.anu.edu.au/Nuno_PhD/04.pdf re Timor ; Hu, Shiu-ying, 2005, Food Plants of China. The Chinese University Press. p 486 ; Jardin, C., 1970, List of Foods Used In Africa, FAO Nutrition Information Document Series No 2.p 30, 109 ; Jarso, M. & Keneni, G., 2006. *Vicia faba* L. [Internet] Record from Protabase. Brink, M. & Belay, G. (Editors). PROTA (Plant Resources of Tropical Africa), Wageningen, Netherlands. {{{ <https://database.prota.org/search.htm>>. Accessed 23 October 2009 ; Kalle, R. & Soukand, R., 2012, Historical ethnobotanical review of wild edible plants of Estonia (1770s-1960s) Acta Societatis Botanicorum Poloniae 81(4):271-281 ; 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 1772 ; Lembogi Biologi Nasional, 1980, Sayur-sayuran. Balai Pustaka, Jakarta. p 48 ; Macmillan, H.F. (Revised Barlow, H.S., et al), 1991, Tropical Planting and Gardening. Sixth edition. Malayan Nature Society. Kuala Lumpur. p 360 ; Manandhar, N.P., 2002, Plants and People of Nepal. Timber Press. Portland, Oregon. p 475 ; Martin, F.W. & Ruberte, R.M., 1979, Edible Leaves of the Tropics. Antillian College Press, Mayaguez, Puerto Rico. p 45 ; Moerman, D. F., 2010, Native American Ethnobotany. Timber Press. p 595 ; Molla, A., Ethiopian Plant Names. <https://www.ethiopic.com/aplants.htm> ; Pham-Hoang Ho, 1999, An Illustrated Flora of Vietnam. Nha Xuat Ban Tre. p 977 ; Plants of Haiti Smithsonian Institute [https://botany.si.edu/antilles/West Indies](https://botany.si.edu/antilles/West%20Indies) ; Pursglove, J.W., 1968, Tropical Crops Dicotyledons, Longmans. p 319 ; Schneider, E., 2001, Vegetables from Amaranth to Zucchini: The essential reference. HarperCollins. p 64 ; Sharma, B.B., 2005, Growing fruits and vegetables. Publications Division. Ministry of Information and broadcasting. India. p 150 ; Solomon, C., 2001, Encyclopedia of Asian Food. New Holland. p 208 ; Sp. pl. 2:737. 1753 ; Terra, G.J.A., 1973, Tropical Vegetables. Communication 54e Royal Tropical Institute, Amsterdam, p 80 ; Tindall, H.D., 1983, Vegetables in the Tropics, Macmillan p 291 ; 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) ; Vickery, M.L. and Vickery, B., 1979, Plant Products of Tropical Africa, Macmillan. p 22 ; Wilson, J.M. & Witcombe, J.R., Crops for Arid lands, in Wickens, G.E., Goodin, J.R., and Field, D.V.,(Eds.) 1985, Plants for Arid Lands. Unwin Hyman, London, p 41