

***Vigna unguiculata* (L.) Walp., 1843 subsp. *sesquipedalis* (L.) Verdc. 1970 (*Dolique asperge*)**

Identifiants : 40654/vigungh

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

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 07/05/2024

- **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 :** *Vigna* ;
- **Synonymes :** *Dolichos sesquipedalis* L. 1763 (= basionym, *Vigna sesquipedalis* (L.) Fruwirth 1898, *Vigna sinensis* subsp. *sesquipedalis* (L.) Van Eselt. 1931 ;
- **Synonymes français :** haricot-kilomètre (haricot kilomètre) = yard long bean, pois-kilomètre, haricot liane, haricot-asperge (haricot asperge), haricot vert chinois, dolique à longue cosse, dolique géante ;
- **Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) :** asparagus-bean, Chinese long-bean (Chinese long bean), pea-bean, yard-long-bean (yard long bean), snake bean, bodi bean, green asparagus bean, long horn bean , yard-long cowpea, long podded cowpea, long podded kidney bean, green podded cow pea , Adenguare, Agwa, Akara-binch, Akedi, Akitereku ase, Amuli, Asedua kokoo, Barbatí, Be-hlawi, Belawi, Beloi, Besei, Birijori, Black eye pea, Black-eyed bean, Bodi, Bojo, Boo, Bora bean, Bori, Caspi chiclayo, Dau den, Dau-trang, Dinaba, Dinawa, Dolique a oeil noir, Dunguri, Eboo, Eggobe, Ekiyindiru, E-lel, Enkoole, Ere, Ewa, Ewe, Feijao-macanha, Fore-metan, Frejol, Frijol de vaca, Gahat, Imare, Imbumba, Indumba, Iniangu, Jiang dou, Kacang merah, Karnikara, Kattukanam, Kelege kelege, Kollu, Kuerbse, Laputu, Likote, Madan bean, Mandala, Mazi bori, Mbwenge, Mkunde, Mole, Mpindi, Mugobiswa, Munaoa, muNyemba, Mwendé, Ngor, Nhebe-limboncadje, Nhebe-limboque, Niaw, Niebe, Nkasa, Nsili, Nyawa, Nyemba, Nyebe, Nyele, Obo, Obo alwala, Omugobe, Peanut bean, Pini, Sasage, Sbaithai, Seb, Shirshira, Sosso, Tau kok, Tchaasse, Te bin, Thua pum, Tindlubu, Tinhlumayo, Titoun'ti, Tnainyeritonn'te, Towo, Wake, Wakei, Watalo-binch, Yoo ;



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

Le niébé est le légume sec favori dans de nombreuses régions d'Afrique. On fait cuire les graines mûres et on les consomme seules ou avec des légumes, des épices et souvent de l'huile de palme, pour produire une soupe de haricots épaisse, qui accompagne l'aliment de base (manioc, igname, plantain). En Afrique de l'Ouest, on décortique les graines et on en fait de la farine que l'on mélange à des oignons émincés et des épices pour confectionner des galettes soit frites (les boulettes d'akara), soit cuites à la vapeur (le "moin moin"). Au Malawi, les graines sont cuites à l'eau avec le tégument intact, ou avec le tégument enlevé par trempage et en laissant les graines dans le sol pendant quelques heures. De petites quantités de farine de niébé sont transformées en biscuits, farine composée et aliments pour bébés au Sénégal, au Ghana et au Bénin.

Les jeunes feuilles, les jeunes gousses et les graines mûres sont toutes consommées. Ils peuvent être cuits à la vapeur, bouillis, sautés, etc. Les feuilles peuvent être séchées et stockées. Les graines séchées sont utilisées dans les soupes et les ragoûts. Ils sont moulus en farine ou fermentés. Les graines sont également utilisées pour les germes de soja

Partie testée : graines - sèches^{{{(0(+x))}}} (traduction automatique)

Original : Seeds - dry^{{{(0(+x))}}}

Taux d'humidité	Énergie (kj)	Énergie (kcal)	Protéines (g)	Pro- vitamines A (µg)	Vitamines C (mg)	Fer (mg)	Zinc (mg)
11.2	1189	284	23.5	0	1.5	6.4	0



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

- Nombre de graines au gramme : 4 à 6 ;

- Liens, sources et/ou références :

dont classification :

- "GRIN" (en anglais) : <https://npgsweb.ars-grin.gov/gringlobal/taxon/taxonomydetail?id=41646> ;