Beta vulgaris Linné, 1753 subsp. vulgaris (Betterave à feuilles (blette et poirée))

Identifiants : 4560/betvulCA

Association du Potager de mes/nos Rêves (https://lepotager-demesreves.fr)
Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze
Dernière modification le 08/05/2024

- ***Classification phylogénétique :***
    - ***Clade : Angiospermes ;***
    - ***Clade : Dicotylédones vraies ;***
    - ***Ordre : Caryophyllales ;***
    - ***Famille : Amaranthaceae ;***
- ***Classification/taxinomie traditionnelle :***
    - ***Règne : Plantae ;***
    - ***Division : Magnoliophyta ;***
    - ***Classe : Magnoliopsida ;***
    - ***Ordre : Caryophyllales ;***
    - ***Famille : Amaranthaceae ;***
    - ***Genre : Beta ;***
- ***Synonymes : Beta vulgaris var. cicla ;***
- ***Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : silver beet, spinach beet , Aitiace, Barba, Barbabietola, Bendjar, Beteraba, Betterave, Bit palang, Bittsu, Caiduong, Chaouender, Chukandar, Cu den, Divlja blitva, Hatrab, Hezab, Left m 'ta el-baqar, Palak, Palang sag, Palang, Palanki, Remolacha, Remolatsa, Rossa, Rote bete, Rote rube, Selk, Sellak, Semlakh, Serj, Sildj, Silk el Belebcha, Silk, Table beet, Tian cai ;***

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

  Feuille (feuilles[27(+x)] (cardes/côtes : limbe et pétiole[{{{(dp*)}]) {crues ou cuites}[{{{27(+x)}] [nourriture/aliment]) et racine (racines (crues ou cuites)[{{{27(+x)}] [nourriture/aliment : légume, salade[{{{(dp*)}]) comestible.

  Détails :

  Racines - chair crue/brute ; feuilles - brutes/crues[{{{0(+x)}] ; plante potagère importante ; nombreux cultivars[{{{27(+x)}]. Feuilles cuites (ex. : comme potherbe, brède, substitut d'épinard)[{{{(dp*)}].

  Les tubercules rouges sont consommés après la cuisson. La racine est également séchée et pulvérisée et la farine mélangée à de l'orge ou du blé. Ils peuvent être marinés ou fermentés sous forme de jus de betterave. Ils sont souvent bouillis, tranchés et servis avec du vinaigre. Les dessus ou les feuilles sont comestibles. Ils sont cuits dans des soupes et des ragoûts. Les feuilles sont utilisées pour le sarma en Turquie. Ils sont enroulés autour d'une garniture de riz ou de viande hachée .

  Partie testée : racine - chair crue[{{{0(+x)}] (traduction automatique)
  Original : Root - raw flesh[{{{0(+x)}]

Taux d'humidité	*Énergie (kj)*	*Énergie (kcal)*	*Protéines (g)*	*Pro-vitamines A (µg)*	*Vitamines C (mg)*	*Fer (mg)*	*Zinc (mg)*
87.1	*118*	*28*	*1.3*	*4*	*6*	*0.8*	*0.4*

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

- ***Note médicinale : ****

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

De gauche à droite :

Par Lindman, C.A.M., Bilder ur Nordens Flora Bilder Nordens Fl., via plantillustrations
Par Spalding, via wikimedia

- ***Nombre de graines au gramme : 50/70 ;***

- ***Liens, sources et/ou références :***

  - ***Tela Botanica :*** https://www.tela-botanica.org/bdtfx-nn-9523 ***;***
  - [5]***"Plants For a Future" (en anglais) :*** https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Beta_vulgaris-vulgaris ***;***

    dont classification :