Beta vulgaris Linné, 1753 subsp. vulgaris var. flavescens (Poirée)

Identifiants : 4563/betvulCAB

Association du Potager de mes/nos Rêves (https://lepotager-demesreves.fr)
Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze
Dernière modification le 04/05/2024

- ***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 : Probably now Beta vulgaris Crassa group, Beta altissima Steud, Beta brasiliensis Voss, nom. inval, Beta vulgaris cv. conditiva Alef, Beta vulgaris cv. saccharifera Alef, Beta vulgaris var. altissima Doll, Beta vulgaris var. crassa Alef ;***
- ***Synonymes français : blette à carde (ou côte de blette, côte de bette, poirée à carde, poirée bette, bette à carde, bette à côtes, feuille de bette, feuille de blette) ;***
- ***Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : Sicilian broad-rib beet, swiss chard , 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 C (mg)*	*Fer (mg)*	*Zinc (mg)*

				vitamines A (µg)			
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)):***

Par inconnu, via wikimedia

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

  - [5]***"Plants For a Future" (en anglais) :*** https://pfaf.org/user/Plant.aspx?LatinName=Beta_vulgaris-vulgaris-flavescens ***;***

    dont classification :