

***Brassica oleracea* L., 1753 var. *sabellica* f. *sabellica* "nain" cv. 'Nain' (Chou frisé)**

Identifiants : 5162/braoleN5

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

Fiche réalisée par Patrick Le Ménahèze

Dernière modification le 14/05/2024

- **Classification phylogénétique :**

- **Clade :** Angiospermes ;
- **Clade :** Dicotylédones vraies ;
- **Clade :** Rosidées ;
- **Clade :** Malvidées ;
- **Ordre :** Brassicales ;
- **Famille :** Brassicaceae ;

- **Classification/taxinomie traditionnelle :**

- **Règne :** Plantae ;
- **Division :** Magnoliophyta ;
- **Classe :** Magnoliopsida ;
- **Ordre :** Capparales ;
- **Famille :** Brassicaceae ;
- **Genre :** Brassica ;

- **Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) :** Wild cabbage , Ntsu ;



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

Feuille (feuilles et tiges consommées {cruées ou cuites})^{[[27(+x)]]} [nourriture/aliment^{[[dp*]]}, fleur (inflorescences : idem feuille^{[[~27(+x)]]}) comestible.

Détails :

Plante cultivée d'importance majeure. Très nombreuses variétés et cultivars avec une grande diversité morphologique^{[[27(+x)]]}. Feuilles cuites comme potherbe, brède^{[[dp*]]}.

Les feuilles sont légèrement amères à moins d'être cuites dans 2 changements d'eau. Les boutons floraux et les gousses vertes non développées sont sautées et mangées

Partie testée : feuilles^{[[0(+x)]]} (traduction automatique)

Original : Leaves^{[[0(+x)]]}

Taux d'humidité	Énergie (kj)	Énergie (kcal)	Protéines (g)	Pro-vitamines A (µg)	Vitamines C (mg)	Fer (mg)	Zinc (mg)
	0	0	0	0	0	0	0



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

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



Par inconnu, via plantes-shopping

- *Nombre de graines au gramme : 400/800 ;*
- *Liens, sources et/ou références :*

dont classification :