

Coccinia adoensis (A.Rich.) Cogn., 1881 (Mutkuru)

Identifiants : 8632/cocado

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 ;
- Clade : Rosidées ;
- Clade : Fabidées ;
- Ordre : Cucurbitales ;
- Famille : Cucurbitaceae ;

- Classification/taxinomie traditionnelle :

- Règne : Plantae ;
- Division : Magnoliophyta ;
- Classe : Magnoliopsida ;
- Ordre : Violales ;
- Famille : Cucurbitaceae ;
- Genre : Coccinia ;

- Synonymes : *Momordica adoensis* A. Rich. 1848 (=) basionym, *Cephalandra pubescens* Sond, *Coccinia djurensis* Gilg, *Coccinia hartmanniana* Schweinf, *Coccinia homblei* Cogn, *Coccinia jatrophaefolia* (A. Rich.) Cogn, *Coccinia parvifolia* Cogn, *Coccinia princeae* Gilg, *Coccinia pubescens* (Sond.) Harms, *Coccinia rigida* Gilg, *Coccinia roseiflora* Suess, *Coccinia subspicata* Cogn, *Momordica adoensis* A. Rich, *Coccinia aostae* Buscal. & Muschl, *Bryonia jatrifolia* A. Rich ;

- Nom(s) anglais, local(aux) et/ou international(aux) : wild spinach (South Africa), mutkuru , Mutkuru (local) ;



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

Tubercule, racine, fruit, feuilles, légume^{{{0(+x)}}} Les feuilles sont cuites et consommées.

Les fruits sont consommés crus ou cuits à maturité comme un légume.

Les racines sont consommées après traitement (préparation) ; elles doivent être bien cuites.

ATTENTION: Les racines sont toxiques à moins qu'elles ne soient soigneusement cuites. Les feuilles sont cuites et mangées. Les fruits sont consommés crus lorsqu'ils sont mûrs ou cuits comme légume. Les racines sont consommées après transformation. Ils doivent être bien cuits

Partie testée : fruit^{{{0(+x)}}} (traduction automatique)

Original : Fruit^{{{0(+x)}}}

Taux d'humidité	Énergie (kj)	Énergie (kcal)	Protéines (g)	Pro-vitamines A (µg)	Vitamines C (mg)	Fer (mg)	Zinc (mg)
92.9	445	106	15.7	0	19	0.6	0



(1*)ATTENTION : à moins qu'elles ne soient correctement et soigneusement préparées, les racines sont toxiques.(1*)ATTENTION^{0(+x)} : à moins qu'elles ne soient correctement et soigneusement préparées, les racines sont

toxiques^{(((dp*)(0(+x)))}.

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

- **Autres infos :**

dont infos de "FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

◦ Statut :

Les fruits sont surtout consommés par les enfants. Les racines sont un aliment de famine^{{{0(+x)}}} (traduction automatique).

Original : The fruit are eaten especially by children. The roots are a famine food^{{{0(+x)}}}.

◦ Distribution :

Une plante tropicale. Il se produit dans les zones de précipitations moyennes à faibles. Il pousse avec des précipitations de 450 à 800 mm. Il passe du niveau de la mer à 2140 m d'altitude. Il peut pousser dans des endroits arides. Il pousse souvent sur les termitières^{{{0(+x)}}} (traduction automatique).

Original : A tropical plant. It occurs in medium to low rainfall areas. It grows with rainfalls of 450-800 mm. It grows from sea level to 2,140 m above sea level. It can grow in arid places. It often grows on termite mounds^{{{0(+x)}}}.

◦ Localisation :

Afrique, Botswana, Cameroun, Afrique centrale, République centrafricaine, RCA, Tchad, Congo, Afrique de l'Est, Eswatini, Éthiopie, Ghana, Kenya, Lesotho, Malawi, Mozambique, Namibie, Nigéria, Afrique du Sud, Afrique australe, Soudan, Swaziland, Tanzanie, Ouganda, Afrique de l'Ouest, Zambie, Zimbabwe^{{{0(+x)}}} (traduction automatique).

Original : Africa, Botswana, Cameroon, Central Africa, Central African Republic, CAR, Chad, Congo, East Africa, Eswatini, Ethiopia, Ghana, Kenya, Lesotho, Malawi, Mozambique, Namibia, Nigeria, South Africa, Southern Africa, Sudan, Swaziland, Tanzania, Uganda, West Africa, Zambia, Zimbabwe^{{{0(+x)}}}.

• Liens, sources et/ou références :

- PROTA4U : <https://www.prota4u.org/protav8.asp?fr=1&h=M4&t=Coccinia.adoensis&p=Coccinia+adoensis> ;

dont classification :

- "GRIN" (en anglais) : <https://npgsweb.ars-grin.gov/gringlobal/taxon/taxonomydetail?id=459263> ;

dont livres et bases de données : ⁰"Food Plants International" (en anglais) ;

dont biographie/références de ⁰"FOOD PLANTS INTERNATIONAL" :

Asfaw, Z. and Tadesse, M., 2001, Prospects for Sustainable Use and Development of Wild Food Plants in Ethiopia. *Economic Botany*, Vol. 55, No. 1, pp. 47-62 ; Burkill, H. M., 1985, *The useful plants of west tropical Africa*, Vol. 1. Kew. ; Fowler, D. G., 2007, *Zambian Plants: Their Vernacular Names and Uses*. Kew. p 22 ; Grivetti, L. E., 1980, *Agricultural development: present and potential role of edible wild plants. Part 2: Sub-Saharan Africa*, Report to the Department of State Agency for International Development. p 71, 73 ; Grubben, G. J. H. and Denton, O. A. (eds), 2004, *Plant Resources of Tropical Africa 2. Vegetables*. PROTA, Wageningen, Netherlands. p 201 ; Johns, T., and Kokwaro, J.O., 1991, *Food Plants of the Luo of Siayo District, Kenya*. *Economic Botany* 45(1), pp 103-113 ; Kokwaro, J. O. and Johns. T., *Luo Biological Dictionary*. p 60 ; Long, C., 2005, *Swaziland's Flora - siSwati names and Uses* <https://www.sntc.org.sz/flora/> ; Lulekal, E., et al, 2011, *Wild edible plants in Ethiopia: a review on their potential to combat food insecurity*. *Afrika Focus* - Vol. 24, No 2. pp 71-121 ; Maguire, 1978, ; Malaisse, F., 1997, *Se nourrir en forêt claire africaine. Approche écologique et nutritionnelle*. CTA., p 59 ; Maundu, P. et al, 1999, *Traditional Food Plants of Kenya*. National Museum of Kenya. 288p ; Peters, C. R., O'Brien, E. M., and Drummond, R.B., 1992, *Edible Wild plants of Sub-saharan Africa*. Kew. p 99 ; Pickering, H., & Roe, E., 2009, *Wild Flowers of the Victoria Falls Area*. Helen Pickering, London. p 57 ; Plowes, N. J. & Taylor, F. W., 1997, *The Processing of Indigenous Fruits and other Wildfoods of Southern Africa*. in Smartt, L. & Haq. (Eds) *Domestication, Production and Utilization of New Crops*. ICUC p 188 ; Royal Botanic Gardens, Kew (1999). *Survey of Economic Plants for Arid and Semi-Arid Lands (SEPASAL) database*. Published on the Internet; <https://www.rbgekew.org.uk/ceb/sepasal/internet> [Accessed 15th April 2011] ; Ruffo, C. K., Birnie, A. & Tengnas, B., 2002, *Edible Wild Plants of Tanzania*. RELMA p 208 ; Scudder, 1962, 1971, ; *Swaziland's Flora Database* <https://www.sntc.org.sz/flora> ; Wehmeyer, A. S, 1986, *Edible Wild Plants of Southern Africa. Data on the Nutrient Contents of over 300 species* ; Williamson, J., 2005, *Useful Plants of Malawi*. 3rd. Edition. Mdadzi Book Trust. p 70