

Amarante (plante)

🔗 Pour les articles homonymes, voir Amarante.

Amaranthus



Amaranthus tricolor

Classification

Règne	Plantae
Division	Magnoliophyta
Classe	Magnoliopsida
Ordre	Caryophyllales
Famille	Chenopodiaceae

Genre

Amaranthus

L.

Classification phylogénétique

Classification phylogénétique

Ordre	Caryophyllales
Famille	Amaranthaceae

Les **amarantes** ou **amaranthes** (*Amaranthus*) sont des plantes annuelles de la famille des Amaranthacées appartenant au genre *Amaranthus*, dont certaines espèces sont cultivées comme plantes potagères, pour leurs feuilles comestibles à la manière des épinards ou pour leurs graines, et parfois comme plantes ornementales pour leur floraison en épis spectaculaires.

Certaines espèces sont des mauvaises herbes communes dans les champs cultivés. L'amarante s'est fait connaître du grand public lors de l'apparition, en Géorgie (États-Unis), d'une population résistante à l'herbicide Roundup. La plante s'y est adaptée et s'est multipliée dans les champs traités avec l'herbicide Roundup par une plus grande capacité de résistance. Lors de la découverte de cette population, l'hypothèse (contestée par certains articles scientifiques coécrits avec les semenciers) d'un transfert horizontal de gènes depuis les maïs OGM résistant à l'herbicide s'est répandue dans la presse et les blogues^{[1],[2],[3]}.

Étymologie

Amaranthus vient du nom de cette plante en grec ancien, ἀμάραντος, « amarante ou immortelle », nom formé du préfixe privatif *a-*, « sans », sur le verbe qui signifie « flétrir, se faner »^[4] : en effet, l'amarante a la réputation de ne pas se faner, et pour cette raison, représente un symbole de l'immortalité^[réf. souhaitée]. Certaines espèces sont d'ailleurs utilisées dans les bouquets secs.

Historique

Depuis très longtemps, diverses espèces d'amarantes sont cultivées pour l'alimentation en Asie, en Amérique et en Afrique. Ainsi, *Amaranthus caudatus*, *A. cruentus* et *A. hypochondriacus* jouèrent un rôle alimentaire important dans les civilisations précolombiennes, aussi bien en Mésoamérique (chez les Mayas et les Aztèques, notamment) qu'en Amérique du Sud (chez les Incas par exemple).

En Mésoamérique

Depuis plusieurs millénaires^[5], les graines ont été consommées grillées (comme le pop-corn) ou sous forme de farine tandis que les feuilles étaient cuisinées comme légumes verts.

Ainsi que l'explique D. Guillet (2002, p. 373) : « La culture de l'Amaranthe fut à son apogée durant l'Empire Aztèque. Pour le peuple Aztèque, l'Amaranthe possédait une valeur nutritionnelle, thérapeutique et rituelle. »

Après la conquête espagnole du Mexique, sa culture fut interdite car elle servait dans divers offices religieux aztèques^[6]. Du fait de cette interdiction et de la violente répression qui sévit durant plusieurs siècles à l'encontre des jardiniers qui continuaient à cultiver cette plante, l'Amaranthe a, depuis le XX^e siècle, presque totalement disparu de l'alimentation mexicaine, alors même qu'elle entrait dans la constitution de très nombreux plats aztèques (tamales, tortillas, sauces et boissons). L'utilisation traditionnelle de graines d'amarante dans la confection de têtes de mort en sucre pour le jour des morts perdue toutefois.

Principales espèces

Amarante, graines	
<i>Valeur nutritionnelle moyenne pour 100 g</i>	
Apport énergétique	
Joules	1540 kJ
<i>(Calories)</i>	<i>(365 kcal)</i>
Principaux composants	
Glucides	56,8 g
- Amidon	55,1 g
- Sucres	1,47 g
- Fibres alimentaires	? g
Protides	15,8 g
Lipides	8,81 g
- Saturés	2138 mg
- Oméga-3	81 mg
- Oméga-6	4031 mg
- Oméga-9	2143 mg

Eau	11,1 g
Cendres Totales	3,25 g
Minéraux & Oligo-éléments	
Calcium	214 mg
Cuivre	1,6 mg
Fer	9,0 mg
Magnésium	308 mg
Manganèse	3,0 mg
Nickel	0,160 mg
Phosphore	582 mg
Potassium	484 mg
Sodium	26 mg
Zinc	3,7 mg
Vitamines	
Vitamine B1	0,800 mg
Vitamine B2	0,190 mg
Vitamine B3 (ou PP)	1,2 mg
Acides aminés	
Acide aspartique	1233 mg
Acide glutamique	2363 mg
Alanine	574 mg
Arginine	1314 mg
Cystine	310 mg
Glycine	1110 mg
Histidine	396 mg
Isoleucine	557 mg
Leucine	866 mg
Lysine	847 mg
Méthionine	314 mg
Phénylalanine	6410 mg
Proline	604 mg
Sérine	890 mg
Thréonine	561 mg
Tryptophane	196 mg
Tyrosine	533 mg
Valine	633 mg
Acides gras	
Acide myristique	8 mg
Acide palmitique	1679 mg

Acide margarique	70 mg
Acide stéarique	250 mg
Acide arachidique	90 mg
Acide béhénique	41 mg
Acide oléique	2143 mg
Acide linoléique	4031 mg
Acide alpha-linolénique	81 mg
<p><i>Source : Souci, Fachmann, Kraut : La composition des aliments. Tableaux des valeurs nutritives, 7ème édition, 2008, MedPharm Scientific Publishers / Taylor & Francis, ISBN 978-3-8047-5038-8</i></p>	

Le genre *Amaranthus* comprend une soixantaine d'espèces, originaires principalement des régions tropicales et tempérées d'Amérique et d'Asie, dont :

- *Amaranthus albus*, amarante blanche
- *Amaranthus blitoides*, amarante fausse-blette
- *Amaranthus blitum*, amarante blette
- *Amaranthus bouchonii*, amarante de bouchon
- *Amaranthus caudatus*, amarante caudée, amarante queue de renard
- *Amaranthus cruentus*, amarante rouge
- *Amaranthus hypochondriacus*,
- *Amaranthus gangeticus*, brède de Malabar (fleur comestible)
- *Amaranthus graecizans*, amarante africaine
- *Amaranthus hybridus*, amarante hybride
- *Amaranthus oleraceus*, amarante potagère
- *Amaranthus palmeri*
- *Amaranthus paniculatus*, amarante gigantesque
- *Amaranthus retroflexus*, amarante réfléchie
- *Amaranthus salicifolius*, amarante à feuille de saule
- *Amaranthus spinosus*, épinard piquant, épinard cochon
- *Amaranthus tricolor*, amarante tricolore
- *Amaranthus viridis*, amarante verte

Aspects culturels

Le poème en vers n° LXXIX intitulé *Bruxelles* d'Arthur Rimbaud, daté de juillet 1872 commence par « Plates-bandes d'amarantes »^[7].

Dans son album de 2007, *Dark Passion Play*, le groupe de metal Nightwish consacre une chanson entière (*Amaranth*) à cette espèce, « Caresse l'unique, celle qui ne fane jamais, (...) caresse l'unique, l'amarante cachée, dans la terre de l'aube. »

Début 2011, le groupe de metal Amaranthe sort son premier album éponyme en référence à cette plante.

Le béret des parachutistes Français est appelé « béret amarante », tant pour sa couleur rappelant la plante, que pour la symbolique d'immortalité s'y rattachant.

On parle aussi de la fleur d'Amarante dans le jeu de rôle *Vampire : la Mascarade* de l'univers *Le monde des ténèbres* créé par White Wolf Publishing. La fleur est connue pour annoncer la diablerie, d'ailleurs la diablerie porte également le nom de « l'Amarante ».

Notes et références

- [1] Le cas des Amarantes résistantes est dû à une plus grande résistance (<http://www.pnas.org/content/107/3/1029.abstract>) sur PNAS en anglais.
- [2] France24 - Les "super mauvaises herbes" menacent la patrie de Monsanto (<http://www.france24.com/fr/20090419-super-mauvaises-herbes-menace-patrie-monsanto-etats-unis-environnement-ogm-amarantes-agriculture-herbicide>)
- [3] Gaëlle Dupont : « La mauvaise graine de Monsanto », dans *Le Monde*, 19 octobre 2010, p. 20.
- [4] Dioscoride, 3, 9 ; 4, 55 et 57.
- [5] Comme l'indique D. Guillet (2002, p. 373), « la culture d'amaranthe remonte à un lointain passé (...) puisque des graines d'amaranthes cultivées ont été découvertes dans les grottes de Tehuacan Puebla au Mexique et datées à 5500 ans. »
- [6] D. Guillet (2002, p. 373) précise à ce sujet :
- [7] Arthur Rimbaud, *Œuvres complètes*, Gallimard, Éd. La Pléiade, 1963, 136.

Références

- Référence Tela Botanica (France métro (<http://www.tela-botanica.org/page:eflore>)) : *Amaranthus* (<http://www.tela-botanica.org/bdtfx-nn-101085>) ([fr](#))
- Lost Crops of Africa Fruits, National Research Council (http://books.nap.edu/openbook.php?record_id=11763&page=35)
- Dominique Guillet, *Les semences de Kokopelli. Manuel de production de semences dans le jardin familial*, 3 éd. 2002, Avignon, 508 p. (Chapitre Amaranthes pp. 369-381).
-  Portail de la botanique
-  Portail des plantes utiles

Sources et contributeurs de l'article

Amarante (plante) *Source:* <http://fr.wikipedia.org/w/index.php?oldid=97523462> *Contributeurs:* Abrahamsi, Ancalagon3, Aroche, Birdie, Bouba, Calimo, Chandres, Chapolin, Cocharpd, ComputerHotline, El Comandante, En rouge, Erne, Esprit Fugace, Et caetera, Fcarcena01, Fm790, GabrieL, Ggal, Gorrk, Hiloyuki, Huronoi, Jaguarlaser, Jef-Infojef, Jeffdelonge, Kilith, Lamadelama, Lithium57, Loderu, Mahlerite, Moyogo, Nipisiquit, Nykozoft, PANDA 81, Palpalpal, Pancrat, Pixeltoo, Popolon, Praxinoa, PurpleHz, Rhadamante, Rhodeisland, Salix, Sand, Semnoz, Serged, Spedona, Tallard, The.mike, Thidras, Wiolshit, Zyzomys, 30 modifications anonymes

Source des images, licences et contributeurs

Image:Disambig colour.svg *Source:* http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Disambig_colour.svg *Licence:* Public Domain *Contributeurs:* Bub's

Fichier:Amaranthus tricolor0.jpg *Source:* http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Amaranthus_tricolor0.jpg *Licence:* GNU Free Documentation License *Contributeurs:* Ayacop, Jat, Kilom691, Paddy, Quadell

Fichier:Icône botanique01.png *Source:* http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Icône_botanique01.png *Licence:* Creative Commons Attribution-ShareAlike 1.0 Generic *Contributeurs:* Original uploader was Pixeltoo at fr.wikipedia

Fichier:Sunflowers.JPG *Source:* <http://fr.wikipedia.org/w/index.php?title=Fichier:Sunflowers.JPG> *Licence:* Public Domain *Contributeurs:* Trojanbackoncommons

Licence

Creative Commons Attribution-Share Alike 3.0
//creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/