

CHOU KANAK

DESCRIPTION : Il se présente sous la forme d'un petit arbre ou d'un arbuste cousin de l'hibiscus ou de l'okra, avec lesquels il partage les mêmes types de fleurs développées et ornementales. Ses feuilles mesurent de 15 à 30 cm de largeur, avec 5 à 8 lobes échancrés.

UTILISATION : Les feuilles sont consommées dans la cuisine asiatique. Elles sont généralement découpées sur de longues tiges et cuisinées comme des épinards. D'ailleurs, elles ont aussi une consistance gluante après cuisson.

MULTIPLICATION : On peut le multiplier par bouture, marcotte. Il pousse facilement et peut prendre de l'ampleur donc tailler le à hauteur d'homme.

Densité : tous les 1m50.

Exposition : plein soleil

BIENFAIT : En Asie, ce dernier est considéré comme une plante médicinale et il est souvent utilisé comme remède dans la médecine traditionnelle chinoise. Il faut dire qu'à la différence du feuillage de la majorité des arbres, les jeunes feuilles de celui-ci ne contiennent pas d'agents irritants ni de

substances amères ou toxiques. Elles sont, au contraire, très nourrissantes. Ainsi, consommées en infusion, elles permettent de soigner les troubles urinaires tels que les cystites, infections ou cystalgie.

Consommé cuit, le chou kanak est réputé pour atténuer les symptômes dégénératifs provoqués par la maladie d'Alzheimer et lutter contre la douleur. Il peut être ainsi mangé si vous souffrez suite à un choc, si vous avez des rhumatismes ou si vous éprouvez quelques courbatures.



