

# LABLAB

lablab, pois boucoussou, pois antaque, pois indien

*Lablab purpureus*

Fabaceae

---

## ECHO® FICHE D'INFORMATIONS DE LA PLANTE

---

### Origine

On considère généralement que le lablab est originaire de l'Asie du Sud-est. Cependant, certains spécialistes sont de l'avis qu'il provient de l'Afrique, où il est connu depuis le huitième siècle. Le lablab est aujourd'hui cultivé dans l'ensemble des régions tropicales et sous-tropicales.

### Utilisations

Ce pois est cultivé pour la production de gousses vertes et de pois secs, pour consommation humaine, et de fourrage et de moulée pour animaux. Les gousses vertes, les feuilles et les fleurs cuites sont mangées comme légumes. Les pois secs cuits constituent une bonne source de protéines et sont transformés en galette de pois, fermentés pour faire du tempeh ou avant d'être cuits, ou germés et mangés frais. Le lablab est plus appétissant que le pois mascate et le pois-sabre. Les pois germés peuvent être consommés comme les ambériques vertes ou mungo. Les bovins, les moutons, les porcs et les chèvres peuvent brouter les plantes de lablab. Les jeunes plantes séchées peuvent également être utilisées comme fourrage. La matière verte du lablab peut être ensilée. Les variétés Highworth, Rongai et White ont été utilisées avec succès comme cultures de couverture pour supprimer les mauvaises herbes et combattre l'érosion. Elles sont également utilisées comme engrais vert. Le lablab continue de croître quelque peu durant les périodes de sécheresse, ce qui aide les paysans à combler la pénurie de fourrage durant la saison sèche. Au Honduras, le lablab est intercalé avec le maïs pour fournir à la fois un légume et un fourrage animal, particulièrement durant les périodes de sécheresse. Au Soudan, il est intercalé avec le sorgho et le maïs.

### Noms courants

- anglais
  - Lablab Bean
  - Bonavist
  - Egyptian Kidney Bean
  - Hyacinth Bean
  - Dolique
  - Dolique D'Égypte
- castillan
  - Frijol Lablab
  - Judía
  - Habichuela
  - Poroto De Egipto
  - Judía de Egipto
  - zarandaja
  - Frijol de Egipto

### Culture

Le lablab pousse bien dans de nombreux climats et types de sol, selon la variété choisie. Il peut pousser de zéro à 2 000 m (6 000 pi) d'altitude dans les régions tropicales. Il tolère bien les périodes de sécheresse mais est également cultivé avec succès dans des régions recevant de 200 à 2 500 mm (de 8 à 100 po) de pluie par année. Le lablab préfère les sols bien drainés dont le pH est de 4,4 à 7,8. Il est cultivé tant dans les sols pauvres en nutriments que les sols ayant une teneur élevée en certains nutriments comme l'aluminium. Il est recommandé de semer le lablab après le maïs lorsque ceux-ci sont intercalés car dans des conditions favorables, le lablab couvre les plants de maïs, ce qui en retarde la croissance et diminue la production. En culture pure, planter le lablab à 10-20 in (30-50 cm) / 30-50 in (80-120 cm) pour donner beaucoup d'espace aux plantes pour s'étendre.

### récolte et production de semences

Lorsque planté tôt dans la saison de culture, le lablab commence à produire des gousses après de 60 à 70 jours et continue d'en produire durant de 90 à 100 jours. Pour la production de graines à consommer ou à réensemencer l'année suivante, il est recommandé de laisser les graines de lablab mûrir durant de 150 à 210 jours environ après l'ensemencement.

### Ravageurs et maladies

Dans les régions humides, on peut réduire les effets de la maladie de la brûlure bactérienne (*Xanthomonas phaseoli*), qui cause une forte défoliation, en intercalant le lablab avec d'autres espèces de légumineuses comme par exemple le *Phaseolus trilobus*. En Inde, l'agent de l'antracnose, *Colletotrichum lindemuthianum*, peut causer des dommages. Des larves foreuses de gousse sont également des ravageurs en Inde. Il a été rapporté que la souche HE-111 de *Bacillus cereus* var. *thuringensis* serait un agent efficace contre certaines des larves foreuses de gousse. À Puerto Rico, la chrysomèle du haricot, *Ceratoma ruficornis*, serait un important ravageur. Les larves de bruche du niébé, *Callosobruchus* spp., attaquent les graines entreposées et dans les champs.

## Cuisine et nutrition

Bien que la consommation des gousses vertes des variétés « Red » et « White » soit sans danger, les pois secs sont une source d'inhibiteurs de la trypsine et de glucoside cyanogénétique toxique et doivent être bien cuits avant d'être consommés. En général, le pois lablab sec peut remplacer d'autres pois secs dans les recettes. Il est une bonne source d'acides aminés, dont la lysine, et complémente ainsi la faible teneur en lysine des régimes à base de maïs. Le pois lablab contient de 20 à 28 % de protéines brutes. Les gousses vertes sont également une bonne source de protéines ainsi qu'une excellente source de fibres.

## Références

Ecocrop. 1993-2007. *Lablab purpureus*. Food and Agriculture Organization, Rome, Italy. [ecocrop.fao.org/ecocrop/srv/en/dataSheet?id=1311](https://ecocrop.fao.org/ecocrop/srv/en/dataSheet?id=1311). Accessed 26 June 2019.

Heuzé V., Tran G., 2015. Lablab (*Lablab purpureus*). Feedipedia, a programme by INRA, CIRAD, AFZ and FAO. <https://www.feedipedia.org/node/297> Last updated on February 19, 2016