

النباتات الصالحة للأكل

食用植物 (しょくようしょくぶつ)

Edible plants

Plantes comestibles



Edible plants

2013 © Abdelkrime Aries

This book is provided under the Creative Commons Attribution-Share Alike 3 License Agreement (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/deed.en>).

Project URL: <https://github.com/kariminf/EdiblePlants-book>

August 2013: First Edition

You are free:

to Share — to copy, distribute and transmit the work

to Remix — to adapt the work

to make commercial use of the work

Under the following conditions:



Attribution — You must attribute the work in the manner specified by the author or licensor (but not in any way that suggests that they endorse you or your use of the work).



Share Alike — If you alter, transform, or build upon this work, you may distribute the resulting work only under the same or similar license to this one.

With the understanding that:

Waiver — Any of the above conditions can be waived if you get permission from the copyright holder.

Public Domain — Where the work or any of its elements is in the public domain under applicable law, that status is in no way affected by the license.

Other Rights — In no way are any of the following rights affected by the license:

- Your fair dealing or fair use rights, or other applicable copyright exceptions and limitations;
- The author's moral rights;
- Rights other persons may have either in the work itself or in how the work is used, such as publicity or privacy rights.

Table of Content

Book Cover	i
Copyright	iii
Table of Content	v
Preface	vi
Edible Plants	I
Nuts	I
Cereals	7
Legumes (pulse)	II
Pictures' Credits	15
Thanks	16

Preface

This is a book about Edible plants, which are the plants we can use in our daily dishes. It contains some plants categorized as their culinary use: fruits, nuts, cereals, legumes, etc. The main idea, here, is to provide the reader with the names of these plants using many languages, illustrated by pictures. So, this book is destined for language learners and travelers.

I got the idea of making such a book from contacting a friend of mine from Japan (Miho san). Sometimes, we were talking about some edible plants like “Prickly pear” which I didn’t know its name in English that time. I tried to translate those plants names from Arabic to English then to Japanese, and it was so hard. So, I decided to make a book that can help me and other Arabic-Japanese learners. I thought may be the book will be more informative if I add some other languages. In a result, I added two other languages I can understand: English and French.

I hope this book will be helpful for you. My only request from you is to spread this book, so can people make use of it. Thank you so much for reading my book.

مقدمة

هذا كتاب عن النباتات الصالحة للأكل، وهي النباتات التي يمكننا استخدامها في الأطباق اليومية. الكتاب يحتوي على بعض النباتات المصنفة على أساس الاستخدام في الطهي: الفواكه والمكسرات والحبوب والبقوليات، إلخ. الفكرة الرئيسية، هنا، هي تزويد الفارئ بأسماء هذه النباتات مستخدمين في ذلك العديد من اللغات، وتوضيحات باستخدام الصور. لذلك، هذا الكتاب موجه لمن تعلمي اللغات والمسافرين.

جاءتني فكرة إصدار هذا الكتاب من محادثاتي مع صديقتي لي من اليابان (ميهو سان). في بعض الأحيان، كنا نتحدث عن بعض النباتات الصالحة للأكل مثل "التين الشوكي" الذي لم أكن أعرف اسمه باللغة الإنجليزية حينها. حاولت أن أترجم أسماء تلك النباتات من العربية إلى الإنجليزية ثم إلى اليابانية، وكان هذا صعباً جداً. لذا، قررت أن أولف كتاباً يمكن أن يساعدني وغيري من متعلمي العربية واليابانية. اعتقدت أن الكتاب سيكون أكثر إفادة في حالة إضافة بعض اللغات الأخرى. نتيجة لذلك، أضفت اثنين من اللغات التي أستطيع فهمها: الإنجليزية والفرنسية. أمل أن يكون هذا الكتاب ذا فائدة بالنسبة لكم. طبعي الوحيد منكم هو نشر هذا الكتاب، حتى يتمكن الناس من الاستفادة منه. شكرًا جزيلًا لكم على قراءة كتابي.

I

مكسرات
ナッツ
Nuts
Fruits à coques



[AR] بلوط
[JP] 団栗 (どんぐり)
[EN] Acorn
[FR] Gland



[AR] لوز
[JP] アーモンド
[EN] Almond
[FR] Amande



[AR] كاجو
[JP] カシューナッツ
[EN] Cashew
[FR] Noix de cajou



[AR] **كستناء**
 [JP] 栗 (くり)
 [EN] Chestnut
 [FR] Châtaigne



[AR] **بندق**
 [JP] 榛 (はしばみ)
 [EN] Hazelnut
 [FR] Noisette



[AR] **جوزية**
 [JP] ヒッコリー
 [EN] Hickory
 [FR] Noix de pécan



[AR] فول سوداني
 [JP] 落花生 (らっかせい)
 [EN] Peanut
 [FR] Cacahuète



[AR] حبوب الصنوبر
 [JP] 松(まつ)の実 (み)
 [EN] Pine nut
 [FR] Pignon de pin



[AR] فستق
 [JP] ピスタチオ
 [EN] Pistachio
 [FR] Pistache



[AR] فول الصويا
[JP] 大豆 (だいず)
[EN] Soybean
[FR] Soja



[AR] جوز
[JP] 胡桃 (くるみ)
[EN] Walnut
[FR] Noix

2

穀物 (こくもつ)
Cereals
Céréales



[AR] **شعير**
 [JP] 大麦 (おおむぎ)
 [EN] Barely
 [FR] Orge



[AR] **ذرة**
 [JP] 玉蜀黍 (とうもろこし)
 [EN] Maize (Corn)
 [FR] Maïs



[AR] **دخن (بشنّة)**
 [JP] 雑穀 (ざっこく)
 [EN] Millet
 [FR] Millet



[AR] شوفان
[JP] 燕麦 (えんばく)
[EN] Oat
[FR] Avoine



[AR] أرز
[JP] 米 (こめ)
[EN] Rice
[FR] Riz



[AR] شيلم
[JP] ライ麦 (むぎ)
[EN] Rye
[FR] Seigle



[AR] حنطة
[JP] スペルト
[EN] Spelt
[FR] Épeautre



[AR] قمح
[JP] 小麦 (こむぎ)
[EN] Wheat
[FR] Blé

3

بقولبات
豆果 (とうか)
Legumes (pulse)
Légumineuses



[AR] فاصولياء
 [JP] 隠元豆 (いんげんまめ)
 [EN] Bean
 [FR] Haricot



[AR] فول
 [JP] 空豆 (そらまめ)
 [EN] Broad bean
 [FR] Fève



[AR] حمص
 [JP] 雛豆 (ひよこまめ)
 [EN] Chickpea
 [FR] Pois chiche



[AR] عدس
[JP] レンズ豆 (まめ)
[EN] Lentil
[FR] Lentille



[AR] بازلاء
[JP] 豌豆 (えんどう)
[EN] Pea
[FR] Poi

Pictures' Credits

image	owner	More info
cover.jpg	Takeaway	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Thai_market_vegetables_01.jpg
<hr/> Nuts		
acorn.jpg	Bj.schoenmakers	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Quercus_coccifera_(Kermes_Oak),_Agiastos,_Lesbos,_Greece.jpg
almond.jpg	Luigi Chiesa	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Mandorle_sgusciate.jpg
cashew.jpg	Femto	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:CashewSnack.jpg
chestnut.jpg	Andrejj	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Kostanj_2.jpg
hazelnut.jpg	Firoo02	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Hazelnuts.jpg
hickory.jpg	Pollinator	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Hickory_nuts_6060.JPG
peanut.jpg	H. Zell	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Arachis_hypogaea_004.JPG
pinenut.jpg	Nuno Tavares	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Pine_cone_with_nuts.jpg
pistachio.jpg	Ceng	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Pistacchi.JPG
soybean.jpg	Scott Bauer	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Sojabohne.jpg
walnut.jpg	J.Dncsn	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:3_walnuts.jpg
<hr/> Cereals		
barely.jpg	raul.dupagne	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Escourgeon-Hordeum_vulgare_subsp._vulgare.jpg
maize.jpg	4028mdko9	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Reifer_Maiskolben.JPG
millet.jpg	Jwilson	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Finger_millet_3_11-21-02.jpg
oat.jpg	H. Zell	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Avena_sativa_002.JPG
rice.jpg	Keith Weller	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:US_long_grain_rice.jpg
rye.jpg	LSDSL	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Ear_of_rye.jpg
spelt.jpg	böhringer friedrich	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Triticum_spelta_5.JPG
wheat.jpg	Bluemoose	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Wheat_close-up.JPG
<hr/> Legumes (pulse)		
bean.jpg	Andrew Butko	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Ab_food_19.jpg
broadbean.jpg	Aneta	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Vicia_faba_01.jpg
chickpea.jpg	Sanjay Acharya	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Sa-whitegreen-chickpea.jpg
lentil.jpg	Tiia Monto	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Green_lentils.jpg
pea.jpg	Renee Comet	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:NCI_peas_in_pod.jpg

All modified pictures are under the license CC-BY-SA-3.0. To see pictures original licenses (which could be: public, CCo, CC-BY, CC-BY-SA), follow the links above (More info).

To get more information about Creative Commons licenses, follow this link: <http://creativecommons.org/licenses/>

Thanks

I would like to thank, between others, these projects without them this project will not take place:

