

A u d e l à d u T ô

Newsletter No. 22 / Avril 2015

Editeurs: Pour les données sur l'équipe des éditeurs veuillez consultez la site web: www.tekre.net

Le Baobab

Le baobab appartient à la famille des Bombacacées qui comprend environ 250 espèces réparties en 30 genres dont le genre *Adansonia*, propre aux baobabs.

Le baobab, l'arbre le plus facilement reconnaissable dans les savanes africaines, est présent dans la plupart des régions sub-humides à semi-arides au sud du Sahara. Souvent plus large que haut, avec des branches ressemblant à des racines, et largement dépourvus de feuilles pendant une grande partie de l'année,

considéré comme l'arbre le plus célèbre d'Afrique, le baobab est aussi appelé par les africains "l'arbre magique", "l'arbre pharmacien", "l'arbre de la vie" ou encore "l'arbre sens dessus dessous". Ces vertus lui confèrent le mérite de ces appellations ainsi que l'ensemble de tous ces surnoms. On ne peut ni l'ignorer, ni ne pas le remarquer, le considérer comme un arbre ordinaire est par conséquent absurde et injuste. Il relève des espèces ligneuses connues dont la principale caractéristique est qu'elles sont les plus massives et tient une place prépondérante dans les cultures et les croyances autochtones.

La Recette du Mois

Sauce feuille de baobab

Séparer des feuilles de baobab fraîches de leurs nervures et rincer. Piler ensuite les feuilles (ou passer au mixeur) avec un bout de soubala. Mettre le mélange dans une casserole, ajouter une pincée de potasse et un peu d'eau. Laisser bouillir jusqu'à ce que votre préparation devienne gluante (attention, ça déborde) puis ajouter un gros oignon haché, des piments verts, quatre cuillères à soupe d'huile d'olive (ou autre huile) et du poisson fumé. Faire cuire 5 minutes, saler, poivrer et laisser mijoter 15 minutes. A Manger avec du tô ou autre pâte de céréale.

Le baobab appartient à la famille des Bombacacées qui comprend environ 250 espèces réparties en 30 genres dont le genre *Adansonia*, propre aux baobabs.

L'écorce, les feuilles, la pulpe et les graines du baobab sont utilisés à des fins thérapeutiques et nutritionnelles.

L'écorce permet de lutter contre les inflammations du tube digestif, la carie dentaire, le rachitisme etc.

Les feuilles riches en protéines, en calcium, fer, potassium, magnésium etc. se consomment en bouillies ou en poudre. Sous forme de tisanes leur consommation permet de traiter le paludisme. La pulpe: riche en acides crique, en calcium etc. contient

une concentration en vitamine C 6 fois supérieure à celle contenu dans une orange, de la vitamine B1, B2 ou vitamine B3 ou PP. Elle a une propriété cicatrisante: traitement d'arthrose et douleurs articulaires.

La poudre dérivée associée au yaourt et aux jus de fruits est un énergisant ; un complément alimentaire pour les enfants et les adultes.

Les graines donnent une huile riche en acide gras acides

oléiques, linoléiques et linoléiques. Elle soulage les brûlures et régénère les tissus épithéliaux, renforce la tonicité et l'élasticité de la peau. Elles sont riches en phosphates.

CURIOSITÉS

LES RDV - passé et à venir

16 - 19 février

Plus de 140 personnes ont participé aux rencontres de l'agroécologie qui ont eu lieu au centre de l'AIDMR à Betta. Organisées par Terre & Humanisme et ses partenaires locaux, ces rencontres avaient pour objectif de renforcer les liens entre les acteurs de l'agroécologie autour de projets communs et de fédérer les énergies à un niveau international. (<http://terre-humanisme.org/burkina-faso-bilan>)

6 - 7 Mars

L'ONG ARFA a organisé à Nièsséga des journées promotionnelles sur les produits écologiques/biologiques.

Tous les dimanches de 8h à 14h

Un marché de produits naturels, biologiques, agro-écologiques ou traditionnels se tient tous les dimanches de 8h à 14h à bar K (situé à Koulouba, entre Brussel Airlines et le Boulougou Bar)



carte de visite

DAcom, la source fiable de vos approvisionnement

09 BP 26 Ouagadougou Burkina Faso / Tel 70 14 16 23

Email : aziz.dabo@dabotrade.com

Commercialisation de PFNL transformé : l'huile de baobab, gomme arabique, bissap etc. Notre huile de baobab est obtenue selon les processus lui garantissant une meilleure conservation de ses vertus.

Pour recevoir la newsletter et d'autres informations intéressantes veuillez contacter: produits_locaux_bf@tekre.net