



Au delà du Tô

LE NIÉBÉ

Le niébé, aussi appelé dolique à œil noir, ou pois à vache est une variété de haricot très courante en Afrique. Sa grande qualité nutritionnelle fait de lui un ingrédient de choix pour lutter contre la famine et la malnutrition ou développer l'élevage. Il est même étudié par les scientifiques pour nourrir les cosmonautes. Sans doute originaire d'Afrique, d'Ethiopie ou d'Afrique de l'Ouest (les chercheurs sont partagés sur ce point), le niébé vient de l'espèce des *Vigna unguiculata*. C'est une plante qui n'est pas difficile sur la qualité du sol, qui a besoin de chaleur et de lumière et qui a la faculté de pousser très rapidement. Le niébé est la plus importante culture légumineuse à graines d'Afrique Noire. Il est cultivé principalement en Afrique de l'Ouest qui représente près des deux tiers de la production mondiale, en particulier au Niger, au Nigeria, au Mali, au Burkina Faso, au Ghana ou au Sénégal, mais aussi un peu en Afrique de l'Est, Ethiopie, Tanzanie et Ouganda.



Newsletter No.21/ Janvier 2015

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

CURIOSITÉS

Le niébé fait partie des céréales les plus consommés au monde du fait de sa grande valeur nutritionnelle. En effet, le niébé est d'un important apport en protéines (entre 20 à 25%) soit plus du double de celui des autres céréales. Riche en amidon (50 à 67%), la consommation du niébé est très recommandée chez les femmes enceintes du fait de sa capacité à prévenir les malformations du nouveau-né. Le niébé regorge aussi d'autres microéléments très essentiels pour notre santé tels que le Fer, le Calcium et le Zinc. Sa culture sur les sols arides permet de fixer l'azote et d'enrichir naturellement ces sols. Il constitue un fourrage de qualité et bon marché pour le bétail. Ces vertus font du niébé une des cultures les plus consommées au monde et y compris au Burkina.

La Recette du Mois

Sauce niébé à la macédoine

Bouillir 500g de niébé pendant 40 minutes, essorer. Cuire votre viande 15 minutes à l'huile, 100g d'oignons émincés et un peu d'ail dans une marmite. Y ajouter encore 100 g d'oignons, un peu d'ail, 50g de tomate concentrée (ou un peu d'huile), cuire 5 minutes et ajoutez ¼ d'eau. Ajoutez 200g de pommes de terre, 200g de carottes et autres légumes coupés, laissez bouillir 10 minutes. Ajouter le niébé, assaisonner (sel, poivre), bien remuer, et laisser mijoter pendant 30 minutes. Servir.

Bon Appétit!

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

LES RDV - passé et à venir

Du 24 au 28 novembre 2014, s'est déroulé à Ouagadougou la 35e session ordinaire du comité sahélien des pesticides. C'est une occasion pour les experts des pays membres du CILSS d'examiner les demandes d'homologation des pesticides avant leur mise sur le marché.

Du 28 au 29 novembre, s'est tenue à Boussé la huitième édition de la journée provinciale des producteurs du Kourwéogo organisée par l'Association Tind Yalgré. Placée sous le thème « jeunesse et production agrosylvopastorale pour un développement durable », cette édition a permis de récompenser les meilleurs producteurs de la province.

carte du visite

Association FERT

BP 98 Kaya
Tél: 40452152
www.fert.fr

Actions au Burkina:
Développement socio-économique et amélioration de la sécurité alimentaire des populations rurales de la province du Sanmatenga (développement de la filière niébé, etc.)
Développement de la production maraîchère dans la province du Bam, soutien à la Fugcom, Fédération provinciale d'organisations de producteurs

