

LES PLANTES LIGNEUSES SPONTANÉES À USAGES CULINAIRES AU BURKINA FASO

Jeanne Millogo-Rasolodimby et Sita Guinko

Introduction

L'homme vivant de la cueillette existe toujours au Burkina Faso. Les espèces que nous allons exposer par la suite ne font pas l'objet d'une culture. La plupart certes sont des espèces protégées lors des défrichements. Elles caractérisent souvent les différents faciès de savane rencontrés à travers le pays (FONTES et al. 1995). Certaines ont des usages généralisés en temps normal, d'autres le sont en temps de disette ou de soudure. Ces espèces ligneuses sont à usages culinaires par leurs feuilles, leurs graines et leurs exsudats.

Leur composition chimique montre un certain équilibre énergétique à la consommation et permet de comprendre la santé de nos paysans malgré ce qu'on laisse entendre sur la pauvreté et la sous-alimentation.

Dans le cadre de nos travaux pour une meilleure connaissance des espèces tant sur le plan taxonomique, biologique qu'ethnobotanique, nous avons mené depuis cinq ans une enquête sur les différentes utilisations des espèces ligneuses. Le présent travail concerne particulièrement les espèces ligneuses dont certains organes sont utilisés dans l'alimentation humaine. Nous nous sommes limités à ne parler que d'une vingtaine d'espèces.

Méthodes

A partir des données bibliographiques et des enquêtes ethnobotaniques, nous avons choisi un échantillon de vingt-trois espèces ligneuses. Elles sont d'utilisation fréquente et nous pouvons affirmer qu'elles font partie des mets quotidiens. Nous les exposons par ordre alphabétique du genre. Les noms locaux des espèces sont parfois donnés en Français (F), Jula (J) et Mooré (M).

Résultats

Acacia macrostachya Reichemb. et Benth.

Noms locaux: *Korote* (J); *zamenga* (M)

Famille: Mimosaceae

C'est un arbuste sarmenteux caractérisé par la présence d'aiguillons sur la tige et le rachis des feuilles. L'espèce pousse souvent dans les savanes sur sol ferrugineux. Elle est très connue comme espèce fourragère. Les graines sont

facilement attaquées par les insectes. Les ménagères les récoltent avant maturité complète. Elles sont commercialisées et consommées comme légumes secs ou épices. La graine fermentée donne du *soumbala* qui est fréquemment rencontré sur le plateau central. La gomme se mange (MAYDELL, 1983).

Adansonia digitata L.

Noms locaux: Baobab (F), *Sira* (J); *Toega* (M)

Famille: Bombacaceae

Espèce caractéristique des steppes sahéliennes, elle se rencontre aussi dans les savanes soudaniennes. Les jeunes feuilles sont consommées comme condiments ou comme légumes séchées parfois moulues (source de protéines et de mucilages). La pulpe de la graine, qui est riche en Vitamines C et B1, est utilisée comme édulcorant de la boisson rafraîchissante "l'eau de bienvenue", le *zoom koom*; la pulpe est réduite en poudre et passée au tamis fin (MAYDELL, 1983) et de l'iode. La pulpe après séchage contient 45 à 60% de liquides et 9% de protéines (PURSEGLOVE, 1987). La graine est également comestible (TIQUET, 1985). De cette graine on extrait de l'huile comestible (MILLOGO-R., 1993). Les jeunes plantules et les racines des plants se mangent comme des asperges. Les feuilles renferment du calcium et du fer (MAYDELL 1983). Les graines contiennent 48% de protéines et 2% de Vit B1 d'où leur utilisation dans l'alimentation des enfants (ZOUNGRANA et al. 1992)

Annona senegalensis Pers.

Noms locaux: Annone (F), *Barkudga*, *batama* (M)

Famille: Annonaceae

C'est un arbuste de savane soudanienne et sahélienne. Les fleurs riches en mucilages sont utilisées pour les préparations de la sauce du *tô*. Les feuilles sont utilisées pour couvrir les graines du *nééré* en fermentation. Le fruit de couleur jaune orangé à maturité est comestible; il est riche en glucose et Vitamine A. Les autres organes (écorce, racine) sont d'usage courant en médecine traditionnelle (GUINKO 1993). Le bois de la racine est utilisé comme frotte-dents.

Balanites aegyptiaca (L.) Del.

Noms locaux: Dattier du désert (F); *Kielga* (M)

Famille: Balanitaceae

C'est un arbre caractéristique de la zone sahélienne mais qui devient un indicateur de pâturage dans la zone soudanienne. Les feuilles sont bifoliolées et les rameaux sont retombants. C'est surtout en période de disette que la

population consomme les jeunes feuilles. Avec la poussée de l'aridité climatique, elles rentrent dans les menus habituels. Actuellement, elles sont commercialisées. Les fruits sont comestibles et font l'objet d'un commerce local. On fabrique du savon à partir de l'amande (groupement Six S, et autres associations féminines). Son rameau sert de cure-dents, le bois dur agit comme un abrasif. Le bois est résistant aux insectes, c'est pourquoi il est très recherché pour confectionner les manches d'outils. Son bois et son charbon sont appréciés pour le chauffage.

Blighia sapida Koenig

Noms locaux: *Finsan* (J)

Famille: Sapindaceae

C'est une espèce soudano-guinéenne qui est utilisée dans les centres urbains comme plantes ornementales et arbres d'avenue. Cette espèce introduite est devenue subspontanée. L'arbre est caractérisé par ses fruits capsulaires de couleur rouge pourpre libérant des graines noires brillantes surmontées par une arille blanche très consistante. Elle est une source d'huile végétale par l'arille très charnue de ses graines. Elle est consommée crue ou comme condiment. Elle agrémente couramment la sauce des feuilles dans le sud-ouest du Burkina Faso.

Bombax costatum Pellegr. et Vuillet

Noms locaux: Faux kapokier (F); *Voaka* (M)

Famille: Bombacaceae

Arbre de savane et de forêt sèche, il est très résistant au feu et protégé pour son calice et ses feuilles. Il est reconnaissable par son tronc couvert de grosses épines et ses fleurs jaunes ou rouges. Les feuilles et l'épicalice de la fleur sont les organes qui entrent dans les préparations culinaires comme condiments, source de mucilages et de protéines. Les jeunes fruits découpés en rondelles et séchés entrent dans la préparation de différents plats (MAYDELL, 1983).

Boscia angustifolia A. Rich.

Noms locaux: *Kisinkemde* (M)

Famille: Capparaceae

Arbuste ou arbrisseau de milieu aride, il affecte les sols présentant des affleurements de cuirasse. Espèce répandue dans la zone sahélo-soudanienne. Les fruits au goût amer et les graines sont comestibles. L'écorce râpée mélangée au miel est mangée ou préparée en soupe (MAYDELL, 1983). Les fruits pilés sont laxatifs. L'espèce voisine *Boscia senegalensis* rentre aussi dans les préparations culinaires: feuilles comme légumes, graines séchées

consommées comme lentilles. Les fruits sont comestibles à maturité. Les différents organes de la plante renferment de l'amylase.

Butyrospermum paradoxum (Gaertn.) G. Don.

Noms locaux: arbre à beurre (F); *Shi iry* (J); *Tanga* (M).

Famille: Sapotaceae

C'est l'espèce la plus épargnée lors des défrichements, elle est endémique de l'Afrique occidentale. Le *karité* occupe une place importante dans la cuisine, son beurre est utilisé pour les fritures ou pour huiler la sauce mais en fin de cuisson. L'huile de l'amande entre dans la fabrication de savon et autres produits cosmétiques cicatrisants et protecteurs cutanés. Les fleurs qui sécrètent beaucoup de nectar sont très butinées par *Apis mellifica*, les ruches traditionnelles sont déposées sur les branches de l'arbre. Les feuilles sont mangées par des chenilles, elles mêmes comestibles, riches en protéines. La pulpe après séchage contient 45 à 60% de lipides et 9% de protéines (PURSEGLOVE, 1987).

Ceiba pentandra L.

Noms locaux: Fromager (F); *Bana* (J), *Gugna*, *Gunga* (M)

Famille: Bombacaceae

Espèce soudano-guinéenne plantée comme arbre d'avenue ou arbre à palabre dans les villages. L'arbre est caractérisé par ses rameaux plagiotropes, son tronc couvert d'épines et ses fruits donnant le kapok. Les feuilles et les fruits immatures sont des condiments mucilagineux. Les fleurs, les graines et les jeunes feuilles sont utilisées pour faire des sauces (TIQUET, 1985). Les fleurs sont mellifères. Son écorce et ses rameaux sont utilisés pour soigner les accès fébriles (GUINKO 1993).

Cissus adenocaulis Steud.

Noms locaux: *Mounimouka* (M)

Famille: Ampelidaceae

Liane répandue dans les savanes soudaniennes, caractérisée par ces feuilles composées et ses vrilles. Elle est une source de mucilages et de Vitamine C. C'est une plante de disette mais qui entre de plus en plus dans les habitudes alimentaires.

Grewia mollis Juss.

Noms locaux: *Yolga* (M)

Famille: Tiliaceae

Espèce de savane soudano-guinéenne mais qu'on rencontre dans les reliques boisées de la zone sahélienne. Les fleurs sont utilisées pour la préparation de la sauce (MAYDELL 1983). L'écorce moulue est utilisée pour lier les soupes, les sauces et les gâteaux. On extrait un sel de cuisine des racines, des rameaux et de la cendre du bois. L'autre espèce voisine *G. bicolor* entre dans la fabrication du *dolo*, boisson fermentée à partir de germes du sorgho rouge.

Lannea microcarpa Engl. et Krause

Noms locaux: Raisinier (F), *Mpeku* (J); *sabga* (M).

Famille: Anacardiaceae

Espèce largement répandue au Burkina Faso, rencontrée aussi bien en zone sahélienne que soudanienne, elle est épargnée lors des défrichements. Les fruits sont comestibles. Ils font l'objet de commerce local à l'état frais. Séchés, ils sont utilisés comme édulcorant. Le péricarpe produit un colorant naturel rouge. La gomme suintante de l'écorce du tronc est soluble dans l'eau et comestible (MAYDELL 1983). Les jeunes feuilles sont aussi consommées surtout en période de disette.

Leptadenia hastata (Pers.) Decne

Noms locaux: *lelongo* (M)

Famille: Asclepiadaceae

C'est une espèce de terrains vagues rencontrée à travers le pays, mais préférant un sol sableux ou sablo-argileux. C'est une plante rampante ou grimpante au contact d'un support. Cette plante rampante est une plante de soudure et de disette par excellence. Elle est une source de mucilage et entre de plus en plus dans les habitudes culinaires. La deuxième espèce *L. pyrotechnica* constitue une plante de disette de la zone sahélienne, les fleurs sont mangées crues par les bergers (MAYDELL, 1983) et les jeunes rameaux sont utilisés comme frotte-dents.

Moringa oleifera Lam.

Nom locaux: *Ben ailé* (F); *Arzentiga* (M).

Famille: Moringaceae

C'est une espèce introduite devenue subspontanée, originaire du Moyen-Orient et Proche-Orient. Elle est caractérisée par ses feuilles tripennées à la base, ses fleurs blanches et ses fruits en silique. Ses jeunes pousses sont commercialisées comme condiments (mucilages). L'amande fournit 33 à 38%

d'huile jaune clair sans odeur mais avec une saveur douce. Cette huile est à la fois alimentaire et industrielle. Les feuilles fraîches contiennent de l'acide ascorbique. Les jeunes fruits, les fleurs et les feuilles renferment 5 à 10% de protéines. Ils se mangent comme légume. Les feuilles adultes et âgées constituent un bon fourrage. La gomme qui suinte du tronc est utilisée comme condiment.

Parkia biglobosa (Jacq.) Benth.

Noms locaux : Caroubier (F); *nééré* (J), *roaga* (M).

Famille: Mimosaceae

C'est une espèce de la savane soudanienne épargnée pendant le défrichement. Elle est caractérisée par ses grandes feuilles composées et son inflorescence en boule de couleur rouge. La gousse renferme des graines enveloppées par une pulpe farineuse de couleur jaune. Les graines fermentées sont très riches en protéines et en matière grasse. La pulpe de la graine est riche en Vitamines: A, B1, B2, PP, C et contient 60% de sucre (ZOUNGRANA et al. 1992). On fabrique une boisson rafraîchissante à partir de la pulpe séchée.

Piliostigma reticulatum (DC) Hochst.

Noms locaux: *Nyama ba* (J); *Bagen dagha* (M).

Famille: Caesalpiaceae

C'est une espèce sahélo-soudanienne. Les feuilles sont cueillies pour aciduler la pâte de céréale permettant de la garder intacte pendant au moins trois jours. C'est aussi une plante fourragère. L'autre espèce *Piliostigma thonningii* est une espèce sud-soudanienne qui a à peu près la même utilisation que la précédente. Les feuilles séchées sont comestibles. Des cendres des fruits secs, on extrait du savon, des colorants et du sel de cuisine (MAYDELL, 1983).

Sclerocarya birrea (A. Rich.) Hochst.

Noms locaux: Prunier d'Afrique (F); *kiman* (J); *nobga* (M)

Famille: Anacardiaceae

C'est une espèce soudano-sahélienne, caractérisée par son tronc blanc et nu pendant la période sèche. Le fruit est comestible et riche en vitamine C. L'amande est oléagineuse et contient 60% de matières grasses. Elle est comestible, soit crue comme des arachides, soit réduite en poudre comme condiments. Sous cette dernière forme elle est commercialisée pour la préparation culinaire. La pulpe séchée sert comme édulcorant, ou bien fermentée elle est utilisée pour fabriquer une bière locale.

Tamarindus indica L.

Noms locaux: Tamarinier (F); *M tomi* (J), *pusga* (M).

Famille: Caesalpiniaceae

Espèce soudanienne originaire d'Afrique orientale et de Madagascar, elle est très plastique et se trouve largement répandue dans toute l'Afrique tropicale semi-aride. Les feuilles pilées sont utilisées comme édulcorant pour aciduler la pâte de céréale et l'aseptiser pour trois jours. La pulpe est riche en Vitamine C, à partir de laquelle on prépare une boisson rafraîchissante vendue en sachet de (10, 25,50 F CFA) "lemurdji". Cette boisson est très appréciée pendant la période sèche et chaude et serait efficace contre la méningite. Il existe actuellement au Burkina Faso plusieurs unités de productions de sirop de tamarin (*savana*, *noondé*, etc.).

Vitex doniana Sweet

Noms locaux: Prunier noir (F), *koto* (J); *Kadgha* (M)

Famille: Verbenaceae

C'est une espèce africaine des savanes côtières, de forêts secondaires et de forêts sèches. Elle est caractérisée par ses feuilles digitées et ses fruits noirs à maturité. Les feuilles sont utilisées en période de disette mais à cause de l'aridité du climat, elle entre de plus en plus dans les habitudes culinaires. Le fruit qui est commercialisé est consommé cru. La pulpe est riche en vitamine A, ce qui la rend efficace contre la cécité nocturne (TIQUET, 1985). Elle est aussi riche en matières grasses. Les fleurs sont mellifères car elles produisent une grande quantité de nectar.

Conclusion

Les vingt-trois espèces appartiennent à des familles diverses. Les utilisations et les valeurs nutritionnelles ne sont pas à négliger. Par ailleurs, chacune des espèces possède des vertus médicinales. Parmi la vingtaine d'espèces citées, onze sont consommées en tant que fruit source de Vitamines: Vitamine A pour trois espèces, Vitamine du groupe B pour deux espèces et Vitamine C pour six espèces. Deux autres espèces dont les fruits sont transformés en boissons fermentées. Deux espèces de Mimosaceae ont leurs graines fermentées en épices. Quatre espèces sont oléagineuses par leurs graines aussi. La pulpe du fruit de quatre espèces est utilisée pour préparer une boisson rafraîchissante.

En somme l'ensemble des espèces apporte les substances (glucides, protéines, lipides, vitamines et sels minéraux) nécessaires à la vie. Il reste à vérifier que cet apport qualitatif est aussi quantitatif pour assurer l'équilibre nutritionnel de l'homme.

Bibliographie

- FONTES, J. & GUINKO, S. (1995): Carte de la végétation et d'occupation du sol du Burkina Faso - Notice explicative. Ministère de la coopération française, Projet Campus (88 313 101)
- GUINKO S. (1993): Les plantes et la médecine traditionnelle au Burkina. Symposium international du projet de recherche SFB 268: 47-53
- MAYDELL, H. V. (1983): Arbres et Arbustes du Sahel. Leurs propriétés et leurs utilisations. Eschborn
- MILLOGO-RASOLODIMBY, J. (1993): Les plantes sacrées chez les Bobos. Symposium international du projet de recherche SFB 268: 93-100
- PURSEGLOVE, J. W. (1987): Tropical crops. Dicotyledons. Longman Scientific et Technical
- TIQUET (1985): Les arbres de la brousse du Burkina Faso - Collection Appui au monde rural. Série recherche No 2.
- ZOUNGRANA, I., ZOUNGRANA, C., Millogo-Rasolodimby, J. (1992): Les plantes alimentaires et les plantes utiles du Burkina Faso et leurs préparations alimentaires. UNU-Inst. Res. Nat. en Afrique.

Annexe

Liste des espèces

	Espèces	Valeur nutritionnelle
1	<i>Acacia macrostachya</i> Reichenb. ex Benth.	Protéine (graine), gomme
2	<i>Adansonia digitata</i> L.	Protéine Vit. B1, Vit. C, calcium, fer et iode., mucilages
3	<i>Annona senegalensis</i> Pers.	Vit. A (fruit), mucilage (fleurs)
4	<i>Balanites aegyptiaca</i> (L.) Del.	Savon et huile (amande), cure-dents
5	<i>Blighia sapida</i> Koenig	Oléagineuse (arille)
6	<i>Bombax costatum</i> Pellegr. et Vuillet	Mucilage et protéines
7	<i>Boscia angustifolia</i> A. Rich.	Mucilage
8	<i>Boscia senegalensis</i> (Pers.) Lam.	Anylase (graine)
9	<i>Butyrospermum paradoxum</i> (Gaertn.) G. Don.	Oléagineuse
10	<i>Ceiba pentandra</i> L.	Mucilage, protéines
11	<i>Cissus adenocaulis</i> Steud.	Vit. C
12	<i>Grewia mollis</i> Juss.	Sel de cuisine, ligants (pâtisserie)
13	<i>Grewia bicolor</i> Juss.	Boisson fermentée, mucilage
14	<i>Lannea microcarpa</i> Engl. et Krause	Edulcorant, glucose
15	<i>Leptadenia hastata</i> (Pers.) Decne	Mucilage et protéines
16	<i>Leptadenia pyrotechnica</i> (Forsk.) Decne	Cure-dents, mucilage
17	<i>Moringa oleifera</i> Lam.	Oléagineuse, acide ascorbique mucilage, protéine, antibiotique
18	<i>Parkia biglobosa</i> (Jacq.) Benth.	Vit. A, glucides protéines, Vit. C, Vit. B1, Vit. B2, Vit. PP, calcium
19	<i>Piliostigma reticulatum</i> (DC) Hochst.	antiseptique, Vit. C
20	<i>Pilostigma thonningii</i> (Schum.) Milne-Redh.	Sels de cuisine
21	<i>Sclerocarya birrea</i> (A. Rich.) Hochst.	Vit. C (pulpe), huile (amande), boisson fermentée
22	<i>Tamarindus indica</i> L.	Vit. C, édulcorant, laxatif
23	<i>Vitex doniana</i> Sweet	Vit. A, matière grasse (fruit)