



Moringa oleifera Lam.

Syn. : *Moringa pterygosperma* Gaertn.

Moringaceae

Noms vernaculaires

Français : moringa, néverdier, arbre de vie, ben ailé, arbre à raifort

Botanique

Cet arbuste résiste bien à la sécheresse et il a une croissance rapide. Il a des feuilles divisées et ses fleurs blanc crème donnent naissance à une longue gousse contenant des graines rondes ailées et huileuses.

Partie utilisée

Feuilles.

Principaux constituants

Protéines (5 à 10 %), lipides (0,6 %), glucides (14 %), nombreuses vitamines, sels minéraux (Ca, P, Fe,...), vitamines B₁, B₂, C, équivalent de la vitamine A, saponosides, sitostérol, glucosinolates, thiocarbamates.

Propriétés pharmacologiques

Nutritif, antibactérien, anti-inflammatoire, cicatrisant, hypotenseur.

Toxicologie

La plante n'est pas toxique.

Usage thérapeutique, forme pharmaceutique et posologie

Nutrition, ulcère gastrique, hypertension.

À consommer sous forme de tisane ou de légume cuit.