

Le Caroubier



Nom latin : **Ceratonia siliqua L**

Aussi appelé : Carouge, Pain de saint Jean-Baptiste, figuier d'Égypte, fève de Pythagore

Nom anglais : Carob, Saint John's bread, locust tree

Arbre dioïque (mâle ou femelle) ou arbuste à feuilles persistantes. Le nom botanique du genre, **Ceratonia**, dérive du mot grec *keration*, «petite corne, cornet», qui servait à désigner la caroube, le fruit à la forme particulière de cet arbre ; le nom d'espèce, **siliqua**, désigne en latin une siliqua, ou gousse.



Famille : [Légumineuses](#) (sous-famille des Césalpiniacées, [Arbre de Judée](#), Caroubier, Cassia, [Chicot](#), [Févier](#), [Tamarinier](#))

Origine : Arabie Saoudite, Somalie, Asie mineure et aujourd'hui répandu dans tout le bassin méditerranéen. Il est cultivé principalement en Sicile et en Espagne.

Taille : De croissance lente, il peut mesurer de 8 à 15 m (vers 50 ans) et vivre 500 ans.

Écorce : brune, rugueuse. Son bois dur et rougeâtre est très apprécié en ébénisterie.



Feuilles : persistantes, grandes de 12 à 30 cm, paripennées, à 2-6 folioles ovales, larges, coriaces, vert sombre.

Fleurs : Inflorescence cylindrique (mâle, femelle ou hermaphrodite) de 3 à 15 cm composée de 20 à 60 fleurs brunâtres assez peu décoratives apparaissant de juillet à novembre.

Exposition : C'est une essence thermophile qu'on trouve sur des pentes arides. Il résiste bien aux fortes sécheresses estivales et à des pluies irrégulières mais ne résiste pas au froid (0° C minimum) et craint le manque d'eau en dehors de la période estivale même si la sécheresse climatique peut jusqu'à un certain point être compensée par les réserves en eau du sol. Il permet de lutter contre l'érosion des sols.

En France, il n'est répandu que dans la région côtière des Alpes-Maritimes, du Var, de l'Aude, des Pyrénées-Orientales et de Haute-Corse. Cultivé depuis longtemps pour divers usages, c'est aussi un bel arbre décoratif avec sa couronne longtemps sphérique, et son feuillage persistant, dense et brillant. De très belles stations se trouvent au mont Boron où il est souvent associé à l'Olivier sauvage.

Cultivé depuis l'Antiquité, le caroubier femelle doit être pollinisé par un arbre mâle pour donner à partir de l'âge de 15 ans des fruits comestibles et sucrés (en septembre/octobre) : les **caroubes**. Un arbre en pleine production peut fournir entre 300 et 800 kg de caroubes par an.



Les caroubes sont des gosses indéhiscentes, de 10 à 30 cm de longueur sur 1,5 à 3 cm de largeur, pendantes; d'abord vertes, elles deviennent brun foncé à maturité, en juillet de l'année suivante.

Chaque caroube pèse une quinzaine de grammes et contient :

- de la pulpe charnue constituée de 40 % de sucres, 35 % d'amidon, 7 % de protéines, et, dans des proportions plus faibles, des graisses, du tanin et des sels minéraux.
- 10 à 15 graines : Les **graines du caroubier**, dures, sont assez régulières pour avoir longtemps servi comme unité de poids. Le mot Carat tire son étymologie de "querat", nom que les Arabes donnaient à la graine de caroube. Un carat, unité de mesure de masse utilisée dans le commerce des diamants et des pierres précieuses, correspondait donc au poids d'une graine de caroube (entre 185 et 205 mg, 1 carat = 200mg). De même, *siliqua*, nom latin de la caroube, fut chez les Romains le nom d'une unité valant 1/6 de scrupule. En Allemagne, les graines de caroube torréfiées sont utilisées en substitution du café. On peut aussi sucer les graines comme des bonbons.

On tire du caroubier deux produits très différents utilisés abondamment par l'industrie alimentaire: la **poudre de caroube** et la **gomme de caroube**.



La poudre de caroube est obtenue en séchant, torréfiant et moulant les gousses après les avoir débarrassées de leurs graines. Le degré de torréfaction de la caroube en altère la couleur et la saveur. Plus il est élevé, plus la caroube est foncée et plus elle perd de sa saveur.

La gomme de caroube provient, quant à elle, de la mince enveloppe brune qui recouvre les graines. Elle contient un endosperme blanc et translucide qui agit comme épaississant.

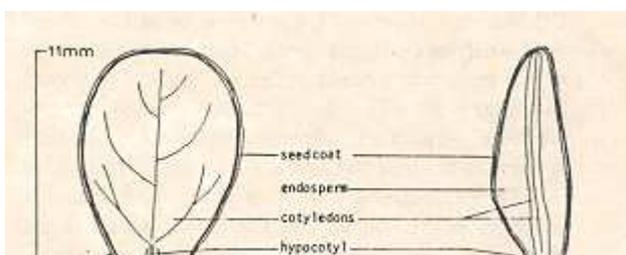
Autrefois, on consommait la caroube telle quelle, en farine, en boisson fermentée. Tombée en désuétude vers 1930, elle a trouvé de nos jours de nouvelles applications. Utilisée principalement pour nourrir le bétail, chacun d'entre nous en a déjà mangé, le plus souvent à son insu (on l'appelle désormais tristement épaississant E 410) : dans les glaces, les gâteaux, le chocolat, le pain, les plats cuisinés, les boissons, les sauces, les yaourts, les aliments diététiques (pas de gluten dans la caroube).

Très parfumées, riches en fibres et nutritives, on peut la grignoter comme un fruit sec. Parfaite également pour décorer un panier de fruit, le parfum puissant et très durable embaume la maison durant de longs mois. Les égyptiens du temps des pharaons utilisaient la farine de caroube pour rigidifier les bandelettes de leurs momies.

La caroube, contrairement à son homologue le cacao, ne contient ni théobromine, ni caféine, deux alcaloïdes à l'action excitante sur l'organisme. La caroube est naturellement sucrée. Ainsi, lorsqu'on l'incorpore dans les recettes, il n'est pas nécessaire d'ajouter du sucre. La caroube est riche en calcium, phosphore, magnésium, silice, fer et pectine. La caroube moulue constitue un excellent **substitut du chocolat** puisqu'on peut obtenir un goût très proche avec une teneur plus faible en matières grasses, protéines, phosphore, potassium et fer mais 2 fois plus riche en calcium et en sucre que le véritable cacao.

En cuisine, lorsqu'on l'utilise en remplacement du cacao, on suggère d'y ajouter une pincée de cannelle. Grâce à sa teneur élevée en fibres exerçant un effet régulateur sur la fonction intestinale, la caroube est utilisée dans les cas de diarrhée ou de constipation chez les enfants. Elle est alors administrée sous forme de préparation instantanée, comme un chocolat chaud.

Semis et Germination des graines de Caroubier



Les graines fraîches germent normalement bien sans traitement préalable mais une fois qu'elles ont séché, elles deviennent très dures et n'absorbent plus l'eau empêchant ainsi la graine de germer.

Il faut alors **trempier les graines dans l'acide**

sulfurique concentré (H₂SO₄) pendant 1 heure puis dans l'eau pendant 24 heures ou, en absence d'acide, les tremper dans de l'eau bouillante pendant 15 minutes en remuant puis laisser mariner pendant 24 heures. *Le traitement à l'acide sulfurique remplace la relation entre la plante et l'animal qui habituellement mange la graine, la laisse "mariner" dans son tube digestif et ses sucs gastriques quelques heures puis la rejette.*

La scarification des graines peut aussi fonctionner mais de façon beaucoup plus aléatoire.

Des tests de germination dans de la vermiculite humide exposé en ombre partielle pendant 34 jours à 21 °C ont donné 70% de réussite. Il conviendra d'attacher la plus grande importance à la lumière (proximité d'une fenêtre, véranda) et à la température qui en règle générale ne devra pas être inférieure à 20°C. Quand à l'arrosage, il devra être parcimonieux.

Les graines peuvent être plantées au printemps ou à l'automne.

Les plants développent une racine pivotante avec quelques racines latérales de moins d'1 cm de longueur. La longue racine pivotante se cassant facilement, il est conseillé de planter les graines dans un substrat permettant de les extraire facilement (mélange léger de sable et de tourbe). Le caroubier tolérera facilement un sol pauvre et rocailleux et une exposition en pleine ou moyenne lumière. Cette espèce est également très résistante aux maladies et ne nécessite donc pas de soins particuliers excepté une taille régulière pour maintenir un seul tronc.

En 1856, 8000 caroubiers ont été importés d'Espagne vers le Texas, l'Arizona, la Californie et la Floride. L'espèce s'est répandue largement en Californie ou elle est même considérée comme parasite (listée dans le "[Wildland Invasive Species Team](#)") car l'arbre recèpe quand on le coupe et ses graines sont trop largement disséminés par les coyotes.

[En savoir plus \(en anglais\)](#)