

## **Vous connaissez les chitoumous et le weda ! Vous connaissez le balanités !**

### **Et le cous-cous de nénuphar, le connaissez-vous ?**

**Depuis quelques temps, à chaque foire agricole ou journée alimentaire, il y a un stand ou deux qui présentent des « produits forestiers non ligneux ». La première fois, cela m'a fait sourire. J'ai trouvé l'expression « produits forestiers non ligneux » un peu pompeux, compliqué pour parler simplement de « fruits sauvages », les fruits (fruits, feuilles, fleurs, amandes...) des arbres de la brousse ! J'ai pensé à quelques-unes de mes amies paysannes. Je me demandais comment elles réagiraient si je leur demandais : savez-vous que vous êtes des opératrices économiques spécialisées dans l'exploitation des produits forestiers non ligneux !**



Depuis longtemps, depuis toujours (?), les femmes rurales exploitent les produits forestiers non ligneux. Cela a commencé avant



la naissance de l'agriculture, quand les hommes vivaient de la cueillette. Mais aujourd'hui encore, l'exploitation des fruits des arbres de la brousse reste une activité économique importante, notamment pour les femmes du monde rural.

La plus connue et la plus importante, au Burkina Faso, reste l'exploitation des fruits du Karité. La pulpe des fruits est très appréciée, et les amandes des noix servent à faire du beurre qui est souvent l'essentiel de la graisse utilisée dans l'alimentation. Une grande partie du beurre est auto consommée par les burkinabè. Malgré cela, le karité est le quatrième produit d'exportation (après l'or, le coton et les produits de l'élevage). En 2007, année exceptionnellement bonne, le Burkina a exporté pour près de 16,6 milliards de FCFA d'amandes de karité, et pour près de 700 millions de beurre.

Mais le karité ne donne pas que des noix. Dans l'ouest du Burkina, au début de l'hivernage, les femmes vont secouer les branches de karité pour recueillir des milliers de larves dont raffolent les gourmets et qui se vendent à prix d'or : les chitoumous. Heureusement, c'est quand l'arbre a donné tous ses fruits que les chenilles apparaissent et dévorent toutes feuilles du karité. Autrefois « réservées » aux Bobo, aujourd'hui ces chenilles sont appréciés par tous... et les prix montent. A Bobo, les commerçantes en chitoumou ont un revenu journalier variant de 2 500 F à 5 000 F.

Le baobab est également très généreux. Ses feuilles, fraîches ou sèches servent pour la sauce. Ses fruits, appelés parfois « pain de singe » (les singes en sont très friands) sont riches en vitamines B1 et C). Ils servent aussi à fabriquer une excellente boisson.

Les fruits du néré sont très recherchés. Ses graines sont utilisés dans la fabrication du soumbala, une sauce très riche en vitamine.

Les fruits du tamarin servent à fabriquer différents jus ou sirop. Les feuilles sont utilisées dans la préparation du tô et de sauces.

Certaines lianes donnent des fruits (appelés weda en moore) qui sont très appréciés et qui permettent de fabriquer un excellent sirop.

Le kapokier rouge (ou faux-kapokier ou encore *Bombax costatum*) est un arbre atteignant 5 à 15 m. Il fleurit en saison sèche avant l'apparition des feuilles. Le calice de la fleur est utilisée dans la confection d'une sauce très appréciée, de texture gluante. A noter que la récolte excessive des fleurs peut être problématique pour le renouvellement de l'espèce, en empêchant la formation de graine

Le zamenga (nom moore du *Acacia macrostachya*) donne des fruits dont les graines contenues dans une gousse sont bouillies et mangées (zamnè) comme le haricot local en famille ou lors des cérémonies festives (baptêmes, mariages).



Le *Balanites aegyptiaca* est moins connu. Pourtant ses fruits sont très appréciés. Ils sont consommés un peu comme une datte. D'où le nom



de « dattier sauvage » donné parfois à l'arbre. Mais les vertus de cette « datte » sont multiples. A Fada N'Gourma, Madame Rose Matie Thiambano a commencé par en extraire de l'huile... puis elle a mélangé cette huile avec du beurre de karité. Aujourd'hui, elle commercialise de nombreux produits dont une crème qui a beaucoup de succès auprès des paysannes de la région qui ont les pieds desséchés par le climat sec et chaud. Elle a créé une association appelée « Karie Force ». Les 1000 collaboratrices de Karie Force ont formé des petites unités de récolte et de production. Les cueilleuses ramassent au pied des arbres les dattes et les noix de balanités qui tombent lorsqu'elles arrivent à maturité. (Un arbre de *Balanites aegyptiaca* peut produire 10 000 dattes par année). (Source : [Un document du PNUD sur les produits forestiers non ligneux au Burkina Faso](#)).

Madame Juliette Kongo connaît très bien le balanités. Elle a même participé au concours de cuisine de la Semaine Nationale de la Culture, à Bobo. Elle y a présenté des boulettes de « tchagla » (balanités) Elle nous explique sa préparation : « *dans un premier temps, il faut casser les graines de balanites, les faire bouillir avec une feuille d'un autre arbre pour faire partir le goût amer. On prend ensuite trois*

*poulets écrasés ou hachés pour mélanger dans la farine de petit mil. On fait la pâte avec les épices pour avoir un bon goût et enfin l'on confectionne de petites boules avant de passer à l'huile pour la friture ».*



Je suis allé à la rencontre de Madame Juliette Kongo dans son village d'origine (Wagesetenga) près de Ziniare où elle a mis en place une



association « Taab yînga) qui fait la promotion des produits forestiers non ligneux. Elle avait justement en main un plat de feuilles de haricots et d'amandes de balanitès. Elle m'a fait visiter son musée de la femme... Puis elle a éveillé ma curiosité en me parlant d'un de ses plats favoris dont le : « **le cous-cous de nénuphar** ». C'est ainsi qu'un soir, elle m'a invité dans sa famille, à Ouagadougou, pour y découvrir ce fameux cous-cous, fais à partir de graines de nénuphars (à récolter en décembre et janvier). Je n'ai pas été déçu : le cous-cous était très bon, et de plus, la sauce était excellente.

Je m'arrête là, bien que le sujet n'ai pas épuisé. Chaque produit forestier non ligneux mériterait une ou plusieurs lettres. Je vous souhaite, entre autres, d'avoir l'occasion de déguster dans un proche avenir un cous-cous de nénuphar avec une sauce à base de chitoumou, accompagné de boulettes de poulets au balanitès.

Koudougou, le 13 août 2012  
Maurice Oudet  
Président du SEDELAN, Sedelan n°457