



141

| | | |
|------------------|----------|--|
| nom vernaculaire | français | Néverdier, moringa, benzolivier, olive pois quénique, mouroungue (Réunion) |
| | créole | Mounékilè, maloko, benzoliv, moulongkilé |
| | anglais | Drumstick tree, Never Die tree, Ben-nut tree, Horseradish tree (USA) |
| | espagnol | Palo de aciete, palo de abeja, angela, jazmin francés, libertad. |
| | allemand | Meerrettichbaum (arbre radis) |

| | |
|---------|--|
| origine | Nord de l' Inde et du Pakistan (au sud de l'Himalaya). |
| habitat | Le Moringa peut se trouver dans des zones très arides comme le Sahara, et semi-arides, mais il aime également les climats semi-tropicaux humides. On le cultive et/ou s'est naturalisé dans de nombreux pays d'Afrique, d'Asie (Inde, Sri Lanka), du Pacifique (Malaisie, Philippines) et du continent américain (Amérique centrale, Floride) et dans la Caraïbe. Son introduction dans les Antilles françaises a été faite par les Français en 1782 puis, il a été distribué dans les îles britanniques de la zone par Thomas Anderson (médecin et botaniste britannique (1832 -1870) directeur du jardin botanique de Calcutta). |
| type | Petit arbre, pouvant mesurer jusqu'à 10m, au tronc mince et au feuillage aérien. Sa racine tubéreuse lui permet de se passer d'eau pendant plusieurs mois. C'est un arbre à croissance très rapide : jusqu'à un mètre par mois. |



photo LMHTAG

Son nom scientifique est « *Moringa oleifera* Lam » de la famille des < Moringaceae >. « Moringa » vient du malayalam (*langue parlée dans les états du sud de l'Inde*) < muringa >. Son nom sénégalais < Nébédaye >, et son nom français de « Néverdier » viendraient de l'anglais < Never die > (ne meurt jamais).

fleur Floraison de janvier à juin. Fleurs blanches et jaunes en grappes. Plante mellifère.

fruit L'arbre porte continuellement des capsules vertes ou marron selon leur degré de maturité. Ces capsules, de forme triangulaire mesurent de 20 à 35 cm. À l'intérieur sont rangées des graines tri-aillées, réparties sur 3 rangées. Ces graines sont marron foncé au centre et blanches au niveau des ailes.

utilisations

La tradition indienne de « l'ayurveda » (système médical originaire d'Inde) indiquait que les feuilles du « moringa » guérissaient plus de 300 maladies. La science moderne a confirmé cette croyance et a ajouté que cette plante avait en plus une valeur nutritive très importante : en effet, les capsules, les jeunes feuilles, les jeunes tiges et les fleurs sont comestibles :

- les fleurs se mangent en salades,
- la racine s'emploie en condiment, comme du raifort (Floride, USA),
- les feuilles sont consommées comme légume (Éthiopie, Inde) : leur goût rappelle les épinards,
- les capsules vertes (appelées drumsticks en anglais) sont consommées dans un plat indien < le moulong-kilées >.

Elles sont aussi préparées en salades, légumes, pickles, en conserve, curry; le bouillon au bâton Mouroungue (brèdes médaille) est une préparation des îles Maurice et de la Réunion). Leur goût rappelle celui de l'asperge.

Ces gousses très faciles à digérer contiennent deux fois plus de protéines que le lait, trois fois plus de potassium que les bananes, quatre fois plus de vitamines A que les carottes, sept fois plus de vitamines C que les oranges,

- les graines fraîches sont préparées comme des petits pois, celles des gousses mures sont grillées et sont consommées telles des cacahuètes (Malaisie). Elles permettent aussi l'extraction d'une huile alimentaire (huile de Ben contenant 73% d'acide oléique) qui a la particularité de ne pas rancir qui est utilisée en huile de cuisson (Afrique, Inde, Haïti).

Le moringa (graines et/ou résidu de pressage) est utilisé pour le traitement de l'eau de rivière (élimination de la turbidité) au niveau domestique (Soudan, Indonésie, Tamil Nadu - état du sud de l'Inde) et industriel (Malawi).



photo pharmainfo.net

