

Vitex doniana



Dumniya en Hausa - **Prunier noir** en Français

Vitex doniana

Dumniya



Vitex doniana

Dumniya



Les **jeunes feuilles** cuisinées sont mangées comme végétaux ou en sauces.



Le fruit est souvent utilisé pour faire de la **confiture et du jus**
La pulpe de fruits est comestible et douce et mangée cru.



Vitex doniana

Verbenaceae

Au Niger : « Dumniya » (*en Hausa*) - En France : « Prunier noir »

Jeunes feuilles et fruits frais sont très riches en vitamines A (β -carotène) et E.

Les feuilles sont utilisées en période de disette, mais à cause de l'aridité du climat, elles entrent de plus en plus dans les habitudes culinaires.

Le fruit mûrit en septembre. Il est consommé cru et en **jus**

La pulpe est riche en vitamine A, ce qui la rend efficace contre la cécité nocturne. Sahara Sahel Foods en fait de **la confiture**..

Elle est aussi riche en matières grasses.