Ce livret vous invite à découvrir une vingtaine d'arbres de la Casamance, région située au sud du Sénégal Emblématiques, majestueux, ils sont indispensables à l'équilibre des écosystèmes et utiles pour les habitants.

Ces arbres vous feront voyager de la mangrove aux forêts denses, de la savane aux palmeraies... Vous les retrouverez sous forme de mobilier, d'objets du quotidien et de culte. Vous apprécierez leurs fruits au naturel ou en jus, confitures ou liqueurs. Vous découvrirez également la richesse de la pharmacopée locale.

Ce guide inspirera vos visites et votre découverte du patrimoine et des richesses de la Casamance. Nous vous souhaitons de belles découvertes !

Cette publication s'inscrit dans le cadre du développement touristique de la Casamance, soutenu par la coopération décentralisée existant depuis plus de 15 ans entre le Conseil Régional de Ziguinchor, la Région Alsace et l'Ircod Alsace, et cofinancé par le ministère français des Affaires étrangères.

Les recettes de la vente de cet ouvrage contribueront à financer les activités de l'Office du tourisme de Casamance : mobilisation et professionnalisation des acteurs du tourisme, communication et promotion de la région.

Office de Tourisme de Casamance
www.casamance-tourisme.sn

Avec le soutien de

Région Alsace

ircod

valleedela bruche.fr
Office de tourisme

ISBN 978-2-9550640-0-9

3 000 F CFA - 5 €

Office de tourisme de Casamance

Arbres remarquables de Casamance

Dessins Michael Daffé

La série *Arbres de Casamance* a été réalisée par Michael Daffé en 2013, à l'aquarelle sur papier (format A4).

Michael Daffé est né en 1977 à Ziguinchor, chef-lieu de la Casamance, au Sénégal. Cet artiste autodidacte s'exprime à travers la peinture et la sculpture sur bois. Il est très lié au rythme calme et réfléchi de son pays. Depuis plusieurs années, il se consacre à un travail original autour des différentes matières du cocotier : bois, fibre et coque. Il est l'un des artistes les plus novateurs de Casamance et a participé à de nombreuses expositions au Sénégal, en Afrique et en Europe.

Suivi d'édition : Ircod Alsace
Textes : Alexandre Coly et Daniel Boegli
Dessins : Michael Daffé
Sources : Michel Arbonnier, *Arbres, arbustes et lianes des zones sèches d'Afrique de l'Ouest*, Éditions Quae, Versailles, 2009 ; Jean Berhaut, *Flore du Sénégal*, 2e édition, Édition Clairafrique, Dakar, 1967 ; www.africa-plants.com

Mise en pages : L'intranquille (Strasbourg)
Impression : La Rochette (Dakar)
2014

Anacardier ou pommier-cajou 2
Bambou 4
Baobab 6
Caicedrat 8
Ditakh 10
Fromager ou kapokier 12
Linké 14
Madd 16
Mame Patan 18
Manguier 20
Nébédaye 22
Néte ou Néré 24
Oranger 26
Palétuvier rouge 28
Palmier à huile 30
Palmier rônier 32
Pommier du Cayor 34
Solom 36
Tamarinier 38
Toll 40

Par convention, nous écrivons les noms communs d'arbres en minuscules.

Anacardier ou pommier-cajou

Anacardium occidentale
Coudarsa en diola

Ses fleurs poussent aux endroits où le soleil atteint les bourgeons. Le fruit, la noix de cajou, se développe à l'extrémité d'un faux fruit comestible appelé pomme de cajou et qui ressemble à un poivron.

Originaire d'Amérique du Sud, l'anacardier se trouve au Sénégal dans les régions limitrophes de la Gambie. C'est un arbre à la cime évasée, qui mesure entre 6 et 12 m de haut.

L'anacardier est une espèce spontanée, utilisée pour le reboisement car ses racines puissantes permettent de lutter contre l'érosion des sols. Il est également cultivé pour son fruit, la noix de cajou. Si l'arbre pousse facilement et rapidement, il a besoin d'espace et d'eau en quantité pour produire ses fruits (environ 15 kg par an).

Nutrition

La noix de cajou est un aliment riche en vitamines (A, D, K, PP et E), sels minéraux (calcium, phosphore et fer), protéines et acides gras essentiels. Traditionnellement, la noix est torréfiée au feu à 200 °C, décortiquée et recuite dans un beurre salé, comme une friture. Elle se consomme en amuse-bouche.

La pomme de cajou est riche en vitamine C. On apprécie **son jus** comme boisson énergétique, sirop, vinaigre, vin ou alcool. On la consomme aussi **fraîche**, **en compote** ou **en confiture**.

Les jeunes rameaux et **les feuilles** sont consommés comme légumes.

Santé et hygiène

Toutes les parties de l'arbre sont réputées pour leur action bactéricide et fongicide.

La noix de cajou agit contre le cholestérol, le diabète, les rhumatismes, l'eczéma.

L'huile de noix de cajou permet de soulager les plaies. En cosmétique, elle entre dans la fabrication des crèmes solaires et des baumes.

L'écorce macérée dans l'eau est utilisée pour traiter la dysenterie.

Artisanat et industrie

L'anacardier est une source de **bois de chauffe**, de **charbon de bois**, mais aussi de **bois de menuiserie**, résistant bien aux termites.

L'écorce est utilisée en **maroquinerie** comme tanin pour la teinture jaune des peaux.

Le baume de cajou, une résine, présente des propriétés uniques de stabilité à des températures extrêmes. Il est utilisé dans la fabrication **d'éléments de friction dans l'aéronautique**.

La gomme issue de l'écorce a **des propriétés adhésives** et **insectifuges**.

Où le trouver ? Régions limitrophes de la Gambie, région de Ziguinchor.
Quand ? Floraison à la deuxième moitié de la saison sèche. On ramasse les noix de cajou lorsque les pommes de cajou sont au sol, entre mars et mai.

Bambou

Oxytenanthera abyssinica
Couguilaque en diola

Au Sénégal, le bambou pousse naturellement dans les régions orientales de la Haute et de la Moyenne Casamance, sur des collines ou à proximité des rivières temporaires ou des marais. Il n'apprécie pas les sols salés ou argileux.

Le bambou est une plante arbustive poussant en touffes et formant parfois des buissons denses et impénétrables. Ses tiges sont rectilignes, creuses ou pleines, annelées à intervalles réguliers. Elles atteignent 6 à 15 m de haut pour un diamètre de 4 à 10 cm.

La plante sort de terre au début de la saison des pluies et atteint sa taille adulte en quatre mois. Le diamètre des tiges ne croît pas linéairement avec la taille des tiges, mais augmente avec les années. La régénération du bambou se fait très facilement par graines, par division des souches ou par bouturage des tiges.

La croissance démographique et la forte consommation du bambou ont entraîné la raréfaction voire la disparation de l'espèce. Depuis quelques années, le Sénégal introduit des plantations de bambous pour une exploitation plus rationnelle, tout en protégeant les endroits où il pousse de manière spontanée.

Le bambou sert de piquet pour certains fétiches. Il est aussi utilisé dans la confection de lits pour les circoncis.

Nutrition

Les **jeunes pousses** peuvent être consommées en période de disette.

Les **graines** remplacent le riz en cas de famine.

Santé

Les **feuilles** sont utilisées pour prévenir le diabète, traiter les rhumatismes et calmer les coliques.

Élevage et écologie

Les **jeunes pousses** sont consommées par le bétail.

Les **plantes** se multiplient rapidement et permettent de lutter contre l'érosion.

Artisanat et industrie

Les tiges rectilignes ont des propriétés remarquables de solidité pour un poids léger. Elles sont utilisées pour la construction de **charpente de toits coniques** (cases, greniers) ou pour renforcer **les murs en pisé**. Elles servent à réaliser **des échafaudages** ou **des structures complexes de soutien**. De toutes tailles, elles permettent de fabriquer **clôtures**, **paniers**, **nasses**, **cannes**, **flûtes** ou **pipes**.

Les rameaux sont utilisés comme **mèches pour les lampes à huile**.

Outre ses nombreux usages techniques, le bambou est aussi **une plante ornementale**.

Où le trouver ?
En Haute et Moyenne Casamance, à proximité des rivières ou des marais.
Quand ? Croissance toute l'année.

Baobab

Adansonia digitata
Boubak en diola

Le baobab est un arbre symbolique de l'Afrique sèche. Au Sénégal, ses multiples usages et ses fonctions sociales en ont fait l'emblème national avec le lion.

Sage, le baobab est un symbole de la connaissance ancestrale. Mystique, il se réfère à une vie antérieure et à un univers invisible. Généreux, ses feuilles, ses fleurs, ses fruits, ses réserves d'eau nourrissent même en cas de sécheresse. Puissant, il inspire la protection.

Au Sénégal, le baobab était utilisé comme tombe pour les griots chez les Sérères. Les Mandingues le considéraient comme une cachette pour les mauvais esprits.

Il peut atteindre 2 000 ans, il inspire la continuité et la stabilité.

Le baobab peut atteindre 25 m de haut. Son tronc, jusqu'à 20 m de circonférence, est très massif et gorgé d'eau. Sa couronne de branches irrégulières ressemble à des racines à l'envers.

Son tronc creux peut servir d'abri, de grenier, de réservoir d'eau, voire d'étable.

Nutrition et santé

Les hommes et les singes apprécient **son fruit**, d'où son appellation de *pain de singe* (boubak en diola). Il se présente sous une forme allongée de 10 cm de diamètre et 20 cm de long. Au goût acidulé, il est riche en vitamines B et C, et contient deux fois plus de calcium que le lait. **Les graines**, très nourrissantes, se consomment grillées ou pour remplacer le café.

La pulpe du fruit mêlée à de l'eau fournit une boisson rafraîchissante aux propriétés antidiarrhéiques, appelée *jus de bouye*.

Les feuilles sont riches en protéines et minéraux : calcium, fer, potassium, magnésium, manganèse, phosphore et zinc.

En décoction elles sont utilisées contre le paludisme, pour soigner des blessures superficielles de la peau ou contre les piqûres d'insectes.

Séchées et pilées, elles entrent dans la préparation de la sauce du couscous.

Les jeunes pousses et leurs racines sont consommées comme des asperges.

Artisanat, industrie et élevage

L'écorce sert à fabriquer **des cordes artisanales** (filets, instruments de musique).

Les feuilles servent de **fourrage pour le bétail** durant la saison sèche.

Les graines sont utilisées pour la fabrication **de savon** et **d'engrais**.

La sève entre dans la fabrication **du papier**.

Où le trouver ? Partout au Sénégal.
Espèce protégée, sa présence est liée à l'occupation humaine.
En brousse, un baobab signale souvent les villages disparus.
Quand ? Floraison de juin à juillet juste avant les premières pluies.
Récolte des fruits de décembre à mars.

Caicedrat

Khaya senegalensis
Boukaye en diola

Le caicedrat est un arbre sacré. Selon les croyances locales, la racine protège des mauvais sorts.

Le caicedrat, également appelé acajou du Sénégal, est répandu dans toute l'Afrique équatoriale et en Amérique du Sud. Il est localisé dans le sud du Sénégal, et pousse dans les savanes, le long des cours d'eau, dans des zones de drainage superficiel.

Il peut atteindre 30 à 35 m de hauteur pour 1 à 2 m de diamètre.

La moitié, voire les deux tiers inférieurs, est dépourvue de branches, tandis que la couronne est large, dense avec des branches épaisses, courbées et montantes.

L'écorce du tronc, écailleuse, a tendance à peler en plaques rectangulaires.

Les feuilles atteignent 50 à 70 cm.

Le fruit est gris clair à maturité, globuleux et ligneux et mesure de 5 à 10 cm de diamètre. Sa maturation nécessite de six mois à un an. Il ne se consomme pas.

Les graines sont consommées et rejetées par certains rongeurs, assurant ainsi la reproduction des arbres.

Nutrition et santé

Des graines, on produit une huile appelée *touloucouno* ou *mouthire* en diola. On l'utilise localement comme anti-inflammatoire et comme répulsif contre les insectes et les poux. La *touloucouno* entre dans la fabrication d'emplâtres destinés à soigner les claquages musculaires. Les graines sont aussi utilisées pour le traitement des piqûres d'insectes chez les hommes et chez les animaux.

Les racines sont antidiarrhéiques.

L'écorce est utilisée contre la fièvre.

Artisanat et industrie

Le bois rouge, résistant aux termites, est apprécié **en ébénisterie** et **en menuiserie**. Il sert également à confectionner les pirogues.

L'huile protège le bois **des parasites.** Elle est également exportée pour la fabrication du **savon de Marseille**.

Où le trouver ? Dans les bas-fonds forestiers et dans les zones de plateaux et d'habitation. Apprécié pour son ombre, il est souvent planté en alignement au bord des routes.
Quand ? Floraison en première partie de saison sèche, d'octobre à février.

Ditakh

Detarium senegalense
Coungangundje ou Cougoungout en diola

Le ditakh pousse de façon sauvage en Casamance.

L'arbre atteint 25 à 30 m de haut. Sa cime est dense et hémisphérique, ses branches sont trapues et étalées. Il perd toutes ses feuilles à la fin du mois de février.

Le fruit est rond et aplati, de 3 à 6 cm de long et de couleur vert marron. Il a un noyau central assez gros entouré d'une pulpe verte farineuse, acidulée et entremêlée de fibres adhérant au noyau.

Le ditakh et ses dérivés vendus sur les marchés sont comestibles. Cet arbre fait partie des espèces fruitières forestières les plus importantes dans l'économie d'exploitation.

Il existe deux variétés de ditakh dont l'une est toxique. Les populations locales les différencient selon leur forme, consistance et odeur. Demandez conseil avant d'en consommer.

Nutrition

Le fruit a la plus haute concentration en vitamine C de tous les fruits produits au Sénégal. Il est consommé cru, surtout par les enfants.

La pulpe est utilisée pour préparer des nectars, des marmelades, des sirops et des bonbons.

Les graines favorisent la fermentation de la bière de mil.

Santé

Les racines et l'écorce ont des propriétés pour traiter l'anémie.

L'écorce est cicatrisante. Elle entre dans le traitement contre la gale. Elle agit contre les coliques, l'occlusion intestinale, la bronchite et la pneumonie.

Les feuilles régulent la constipation et la dysenterie. Elles entrent aussi dans le traitement de l'inflammation des yeux, la gale et la lèpre.

Les rameaux peuvent être utilisés pour diminuer la fièvre.

Les fruits agissent contre les angines, le rhume, les lumbagos, la lèpre et la syphilis. **Broyés et réduits en cendres**, ils augmentent le piquant du tabac à priser.

La variété non comestible traite les piqûres de tiques et était utilisée comme poison de flèche.

Artisanat et industrie

Des racines, on tire **une colle parfumée** utilisée pour piéger les oiseaux.

Le bois, de couleur brun roux, est odorant et résiste aux termites. On l'utilise **en menuiserie** pour fabriquer pirogues, piquets et mortiers.

Où le trouver ? Aux îles du Sine-Saloum et le long des rivières.
Quand ? Floraison en début de saison sèche. Récolte de novembre à février.

Fromager ou kapokier

Ceiba pentandra
Boussanab en diola

Le fromager, plus grand arbre du Sahel, pousse spontanément dans les zones humides et il est planté en zone sèche.

Arbre majestueux de 40 à 60 m, il est caractérisé par des contreforts imposants à sa base. Son fruit est une capsule elliptique, ligneuse et pendante, de 10 à 30 cm de long. En s'ouvrant, il laisse apparaître des graines brunes et un duvet blanchâtre, cotonneux, nommé *kapok*.

Le nom de *fromager* aurait pour origine son utilisation pour la fabrication de boîtes à fromage. Il pourrait également être la déformation de "forme âgée", inspirée par les motifs ridés du tronc.

Tout comme le baobab, le fromager est considéré comme un arbre à palabres en Casamance.

Arbre sacré, il est lié à l'initiation, à la connaissance de la nature, au savoir être et au savoir-faire dans l'éducation traditionnelle.

Son bois est utilisé pour la fabrication des objets rituels animistes.

Nutrition

Les feuilles, les fleurs et les jeunes fruits se consomment cuits en sauce, sous forme de condiments.

Santé

Mélangées avec d'autres herbes, **les feuilles** sont utilisées pour soigner des troubles cutanés, la syphilis, les maux de tête, les vertiges, la constipation, les troubles mentaux et la fièvre. **Les racines** sont des fortifiants et ont la propriété de réduire fièvres et diarrhées.

Usage domestique, artisanat et élevage

Son bois léger et tendre pourrit rapidement lorsqu'il est sec. Il est surtout utilisé pour **la fabrication de pirogues**, **de caisses d'emballage**, **de coffres d'instruments de musique**, **de moulures** et de **sculptures.**

Les portes des cases à impluvium, typiques de Casamance, sont réalisées à partir des contreforts qui repoussent ensuite.

Le kapok est léger, imperméable et isolant. Imputrescible, il est utilisé comme **bourrage de coussins ou de matelas**.

Une fois pressées pour en tirer l'huile, les graines donnent **un tourteau** pour le bétail. Les feuilles sont également un **fourrage** pour le bétail.

Les graines sont comestibles, mais indigestes pour l'homme.

L'huile est utilisée comme **combustible d'éclairage** ou pour confectionner **du savon**.

Où le trouver ? Zones continentales, plateaux. Des spécimens remarquables, multicentenaires sont à admirer à Abéné (près de Kafountine) et à Djembering.
Quand ? Floraison de janvier à février. Récolte des fruits de mars à juin (ne se consomment pas crus).

Linké

Afzelia africana
Boulew en diola

Originaire d'Afrique de l'Ouest, le linké peut atteindre 35 m en forêt et 25 m lorsqu'il est isolé. Son tronc est droit, cylindrique et dépourvu de branches dans sa moitié inférieure. Il a des contreforts irréguliers, hauts de 1,5 m.

Son fruit parvient à maturation après 6 mois. C'est une gousse oblongue de 10-20 cm brun foncé qui renferme une dizaine de graines.

Le linké est de plus en plus rare car ses graines sont appréciées des rongeurs, ses jeunes plants sont mangés par le bétail et le jeune arbre est sensible aux incendies.

Le bois de linké, particulièrement étanche, sert à confectionner des pirogues.

Ses graines sont utilisées comme talismans.

Nutrition et santé

Ses graines sont utilisées en complément de la farine de blé. On en extrait une huile aromatique qui entre dans la fabrication des produits cosmétiques.

En décoction, **son écorce** est un remède contre la paralysie. En infusion, elle agit contre la constipation.

Mélangée à du miel, elle est utilisée pour les soins vétérinaires.

Réduite en cendres, l'écorce mélangée à du beurre végétal traite les hernies et les lumbagos.

La pulpe du fruit diminue la fièvre. Macérée, elle est un remède traditionnel contre la lèpre.

Les cendres des fruits contiennent de nombreux sels minéraux. Mélangées à du mil, elles sont d'un usage vétérinaire.

Les feuilles sont utilisées pour produire une boisson qui permet de traiter les œdèmes.

Industrie et artisanat

Le linké est cultivé principalement pour son bois, appelé *afzelia* ou *doussié rouge*.

Bien que difficile à travailler, ce bois dur a des propriétés excellentes pour de nombreux usages : **menuiserie**, **charpenterie**, **construction lourde**, **canoës**, **ameublement**, **parquets**, **sculpture**.

Il est également utilisé dans l'artisanat pour la **fabrication de pilons, récipients, éléments d'instruments de musique**.

L'exploitation du bois de linké demande des soins planifiés depuis l'étape du semis jusqu'au moment de la coupe.

Où le trouver ? En forêts classées (réserves naturelles gérées par l'État), à Kalounayes, en Basse Casamance, à Diegoune et Tendouck.
Quand ? Floraison de juin à octobre.

Madd

Saba senegalensis
Sindip ou Silana en diola

Une petite botte de racines attachée à l'entrée des concessions ou des maisons protège les occupants contre les mauvais esprits.

Le madd se trouve exclusivement en Afrique de l'Ouest, dans la savane et aux abords des rivières. Il fait partie des nombreux arbres emblématiques que l'on retrouve dans les "bois sacrés". Ces forêts sont des lieux de cultes et de rites de tradition animiste, situées près de chaque village casaçais. Elles sont protégées par les habitants et réservées aux initiés. Les visites n'y sont pas autorisées.

Le madd a des propriétés anti-érosives et de maintien des sols.

Le madd est une espèce de liane grimpante sauvage qui peut mesurer jusqu'à 40 m. Cultivé en arbuste, il ne s'élève pas à plus de 5 m.

Nutrition et santé

Le fruit est une baie ovale de 6 à 8 cm à surface bosselée. Orange à maturité il est goûteux, aigre-doux, jaune et pulpeux. Il est riche en vitamine C, en glucides et en vitamine B et peut être transformé en confiture.

On le trouve sur les marchés durant la saison des pluies.

La pulpe jaunâtre acidulée, est appréciée comme rafraîchissement et se mange assaisonnée de sel, de sucre ou de piment.

Le jus se boit sucré ou accompagne des bouillies de céréales.

L'intérieur de la coque est couvert d'une peau superficielle que l'on peut consommer.

Les feuilles produisent un condiment salé qui ouvre l'appétit et accompagne les plats. En médecine traditionnelle, elles ont des propriétés antivomitives. En infusion, elles ont des propriétés antiseptiques.

L'écorce écrasée traite les diarrhées et les intoxications alimentaires.

Les racines traitent les brûlures cutanées.

Préparée avec de l'eau, **la sève** durcit au soleil et peut être appliquée comme cataplasme contre les affections pulmonaires et la tuberculose.

Les graines ne sont pas comestibles.

Industrie et artisanat

La sève entre dans la composition de la **gomme adhésive**. Traditionnellement, elle était utilisée sur les flèches comme adhésif pour le poison.

Où le trouver ? Dans les savanes arborées, aux abords des rivières, dans les forêts denses et sèches, les bois sacrés.
Quand ? Floraison très étalée dans le temps, deuxième partie de saison sèche. Récolte de mai à juin.

Mame Patan

Parinari excelsa
Bousoguaye en diola

Le Mame Patan donne une fois par an de petites fleurs blanches qui se transforment en un fruit dont l'odeur rappelle celle de la canne à sucre.

Le Mame Patan, également appelé prunier de Guinée, est un arbre imposant pouvant atteindre 45 m de hauteur et 4 m de diamètre.

On le rencontre souvent dans les forêts humides d'Afrique de l'Ouest.

Ses feuilles vert foncé sont luisantes et brillantes sur le dessus et apportent de l'ombre toute l'année.

Ses racines sinueuses et peu profondes qui s'étalent le long du sol lui donnent un air mystérieux.

Son fruit globuleux et ovoïde large de 2 à 3 cm se consomme cru.

Artisanat et industrie

Son bois est utilisé pour la fabrication de mobilier, pour le gros œuvre (échafaudage ou charpente) et dans la construction des voies de chemin de fer.

Bois de chauffe efficace, il servait autrefois de substitut au bois de chêne et était exporté vers l'Europe.

Son bois très dense et lourd est submersible s'il n'est pas préalablement séché. Cependant, très difficile à travailler, son exploitation a peu à peu cessé.

Santé

Il est utilisé en médecine traditionnelle : ajouté à d'autres plantes, une décoction de son écorce soigne les infections intestinales. Après macération, cette préparation peut être appliquée comme cicatrisant sur les plaies ouvertes, ou pour soigner migraines et maux d'estomac.

L'amande et la pulpe du fruit sont comestibles. Douce et très sucrée, de couleur jaunâtre, la pulpe a un goût proche de celui de l'avocat et est très prisée pour ses apports nutritifs.

Où le trouver ? Basse Casamance, îles du Saloum, forêts denses et forêts claires.
Quand ? Floraison de mars à août, récolte du fruit de novembre à décembre

Manguier

Mangifera indica
Boumanga en diola

Le manguier est cultivé du nord au sud du Sénégal. Originaire d'Inde orientale, il a été introduit en Afrique au XVIe siècle par les Arabes. Son fruit, la mangue, serait le plus vieux fruit cultivé au monde avec le palmier-dattier.

Le manguier peut atteindre 25 m de haut. Son feuillage dense et persistant peut aller jusqu'à 10 m de diamètre, produisant une ombre bienfaisante pour s'y reposer ou palabrer.

Le jeune manguier a besoin d'être arrosé régulièrement. Adulte, il puise l'eau dans les sols profonds, alors que les éléments nutritifs proviennent des couches plus superficielles.

Il porte des fruits à partir de dix ans et pour une vingtaine d'années. Il peut vivre jusqu'à cent ans.

Il existe de nombreuses variétés de manguiers. Au Sénégal, des plants sont produits par semis importés et ensuite greffés sur un arbre local afin d'en améliorer les caractéristiques et la production.

Nutrition

Le fruit des espèces sélectionnées et greffées est plus gros, mais a moins de fibres que la mangue sauvage. Son noyau est plus petit. Une mangue peut dépasser les 2 kg. C'est un aliment riche en eau, en provitamines A, B et C.

Tendre, parfumée et juteuse, la mangue est exploitée industriellement ou artisanalement.

Elle peut être séchée ou transformée en **jus**, **nectars**, **confitures**, **compotes** et **glaces**.

Du **vinaigre** fort goûteux est fabriqué à partir du fruit vert.

Santé

L'écorce est utilisée en décoction comme bain de bouche. Bouillie avec les feuilles du manguier, elle est utilisée contre les diarrhées et les dysenteries.

Des infusions de **feuilles séchées** permettent de prévenir les caries.

Les feuilles tendres bouillies servent de remède contre les otites.

Artisanat

Le tronc du manguier est utilisé comme **bois d'œuvre** en ébénisterie et comme **bois de chauffe**.

Où le trouver ? Aux quatre coins du Sénégal. De nombreuses coopératives de femmes confectionnent des mangues séchées et du vinaigre de mangue, incontournables en Casamance.
Quand ? Floraison d'octobre à décembre, récolte des fruits d'avril à septembre.

Nébédaye

Moringa oleifera
Nebedaye en diola

Originaire du nord de l'Inde, le nébédaye peut mesurer jusqu'à 10 m. Il pousse sur tous les types de sols et tolère la sécheresse. On le trouve partout au Sénégal, à l'état naturel ou en culture.

Un arbre peut produire entre 15 000 et 25 000 graines par an, contenues dans des gousses à trois lobes allongées.

Son nom viendrait de l'anglais never die *[ne meurt jamais] : lorsqu'on le coupe, cet arbre repousse avec les premières pluies.*

Nutrition

Les feuilles, les gousses fraîches et les fleurs, consommées en légumes, ont une très haute teneur en vitamines A et C, en calcium, fer et protéines. Elles contiennent tous les acides aminés essentiels. Elles sont utilisées pour confectionner la sauce du *thiéré mboum*, un couscous typiquement sénégalais à base de farine de mil et de poisson.

L'huile pressée à froid, très stable, est à conserver au sec, à l'abri de la chaleur et de la lumière. Elle est un concentré de valeurs nutritives. Même en faible quantité, elle fournit un apport important en nutriments, en particulier pour les jeunes enfants. Produite artisanalement et à bon marché, elle améliore l'alimentation des familles pauvres. L'huile est aussi utilisée comme assaisonnement et pour la friture car elle ne rancit pas.

L'écorce est utilisée comme condiment et a la saveur du cresson.

Santé et hygiène

Le nébédaye a des propriétés bactéricides importantes, d'où sa réputation d'*arbre du ciel*, notamment en Inde.

L'**écorce** bouillie calme les maux de dents.

La poudre des **graines** peut clarifier une eau trouble et la débarrasser de 90 à 99 % de ses bactéries.

L'**huile** est utilisée en cosmétique : elle adoucit la peau, hydrate et revitalise les peaux sèches. Elle est aussi utilisée pour le soin des cheveux. En parfumerie, elle absorbe et retient les odeurs.

Ses qualités antiseptiques et anti-inflammatoires sont appréciées dans la médecine traditionnelle.

Usage domestique, artisanat et industrie

L'huile sert de **lubrifiant artisanal** pour entretenir les montres et les machines à coudre. Elle est combustible et utilisée comme **huile à lampe**.

Le nébédaye intéresse la recherche industrielle : **traitement de l'eau**, **alimentation animale**, **engrais vert**, **phytopharmacie**, **pâte à papier**, **cosmétique**.

Où le trouver ?
Sénégal oriental, Casamance.
Quand ? Floraison, récolte des fruits et ramassage des feuilles toute l'année.

Nété ou Néré

Parkia biglobosa
Boudjilaye en diola

Le néré se trouve dans les zones sèches d'Afrique, d'Asie et d'Amérique latine.

Le mot *néré* vient du Bambara. On l'appelle aussi arbre à farine, arbre à fauve, caroubier africain (en raison de la ressemblance de sa gousse avec celle du caroubier), mimosa pourpre (en raison de la ressemblance de sa feuille).

Son tronc est droit avec une écorce lisse. Il peut mesurer jusqu'à 25 m de haut et 1,6 m de diamètre.

Sa racine pivot lui donne un ancrage profond, lui permettant de capter l'eau à 60 m de profondeur.

Ses fruits sont des gousses suspendues en grappes, contenant des graines noires enrobées de pulpe jaune sucrée.

Comme protection contre les mauvais esprits, le nététou est déposé aux différents angles de la maison ou est porté sur soi. On attribue au néré une puissance de protection et d'abondance. Ceci explique pourquoi on le plante aux abords des champs.

Nutrition et santé

Le néré est un arbre nourricier très apprécié. Il est riche en nutriments : protides, lipides glucides, iode, acides aminés et vitamines diverses.

Ses fruits bouillis et fermentés sont mélangés et cuits avec du piment et du sel donnant un condiment sous forme de pâte à l'odeur très forte, appelée *soubala* ou *nététou*. Cette pâte accompagne les plats à base de mil, de riz et de poisson. Il entre également dans la recette du *soupkandia*, un plat à base de gombo et d'huile de palme.

Le *nététou* est un complément nutritionnel important, en particulier avant les récoltes, quand les aliments sont insuffisants. Mélangé à du miel, il est une prophylaxie contre le paludisme. Comme il contient de l'iode, il participe à la réduction des problèmes de goitre.

La pulpe donne une farine utilisée dans le traitement de la fièvre jaune.

La cendre des feuilles est utilisée dans le traitement des brûlures.

L'écorce bouillie atténue le taux de glycémie.

Le néré est de moins en moins utilisé car il est de plus en plus rare. Les procédés de transformation sont particulièrement fastidieux du fait de l'odeur très forte de ses fruits.

Où le trouver ? En forêts denses et savanes arborées.
Quand ? Floraison de février à juin. Récolte des fruits d'avril à juin.

Oranger

Citrus sinensis

Provenant initialement du sud-est de l'Asie, l'oranger est cultivé partout où le climat est tempéré à chaud, en zone humide ou aride.

Cet arbre fruitier, vrai–semblablement issu d'un croisement entre le pamplemoussier et le mandarinier, appartient au genre Citrus, tout comme des agrumes tels que le citron, la lime ou le bigaradier (orange amère). Il peut mesurer jusqu'à 10 m et porter jusqu'à 100 kg de fruits par an. Ses fleurs caractéristiques sont blanches et particulièrement odorantes.

Les variétés d'orange sont nombreuses. La plus connue est l'orange douce, qui comporte dix quartiers.

Nutrition

L'orange se consomme surtout crue ou pressée en jus. Elle renferme 85 % d'eau, contenant les substances nutritives. Une seule orange assure les besoins quotidiens en vitamine C d'un adulte. Elle est également riche en vitamines B1 et B9, en provitamine A, en vitamine E, en minéraux (potassium, phosphore, magnésium) et en oligoéléments (zinc, cuivre, manganèse).

L'orange renforce le système immunitaire et assure un apport important en énergie. Ses propriétés antioxydantes retardent les effets du vieillissement sur la peau et les cellules du corps.

L'orange favorise la digestion en provoquant la production de sucs gastriques. Elle ouvre l'appétit.

Par ses fibres, elle est laxative et est un bon remède contre la constipation. Elle facilite aussi la fluidification du sang.

L'oranger est considéré comme une **plante médicinale**, en particulier l'oranger amer. Les fleurs, les fruits, les jeunes rameaux et l'écorce sont utilisés en médecine traditionnelle, comme aromatisants et pour fabriquer des huiles essentielles.

Production artisanale et industrielle

Les régions de Ziguinchor et Kolda concentrent la plupart des plantations fruitières (dont les orangeraies). **La production des oranges**, comme tous les fruits au Sénégal, est écoulée principalement sur le marché national.

De nombreuses micro-entreprises, souvent gérées par des femmes, transforment les fruits et réalisent **jus**, **confitures** et **compotes**.

Où le trouver ? Près des zones côtières et de plateaux, dans les vergers autour des zones d'habitation
Quand ? Floraison de juin à octobre, après les premières pluies.
Récolte des fruits de février à avril.

Palétuvier rouge

Rhizophora africana
Coussole en diola

Au Sénégal, les palétuviers se trouvent principalement au Sine Saloum, en Casamance et dans la région de Saint-Louis.

Ce sont des arbustes de 3 à 6 m qui poussent dans la mangrove. Les palétuviers jouent un rôle prépondérant de lutte contre l'érosion due aux vagues et au vent.

Afin de lutter contre la disparition progressive de sa mangrove, la Casamance a entrepris un vaste projet de reboisement de palétuviers sur plus de 100 ha.

La base du palétuvier rouge est plongée dans l'eau. L'arbre s'adapte à un sol mou et vaseux à forte teneur en sel et peu oxygéné. Il est reconnaissable à ses racines aériennes en formes d'échasses, qui lui permettent de respirer et d'être stable dans la vase.

Le palétuvier se reproduit de manière très originale. La graine se développe à l'embranchement de l'arbre, à partir d'une nouvelle plantule qui peut atteindre un mètre de long et qui pousse vers le haut. La plantule tombe et son extrémité en forme de piquet se plante dans la boue, au pied de l'arbre.

Le palétuvier blanc se trouve aussi dans la mangrove, mais en arrière zone, sur des sols souvent inondés. Il pousse aux abords des rivières et des rizières.

Le palétuvier blanc évacue le surplus de sel par ses feuilles alors que le palétuvier rouge filtre l'eau.

Nutrition et santé

En cas de famine, certaines populations consomment **les graines germées** cuites.

L'écorce contient du tanin qui traite les maladies de la peau et calme les démangeaisons. On l'utilise aussi comme teinture pour le cuir.

L'écorce et les rameaux feuillés sont préparés en décoction pour faciliter l'expulsion du placenta lors des accouchements.

Écologie et tourisme

Les palétuviers sont indispensables pour que la vie se maintienne et se développe dans les mangroves, où vivent de nombreuses espèces de poissons consommées par l'homme.

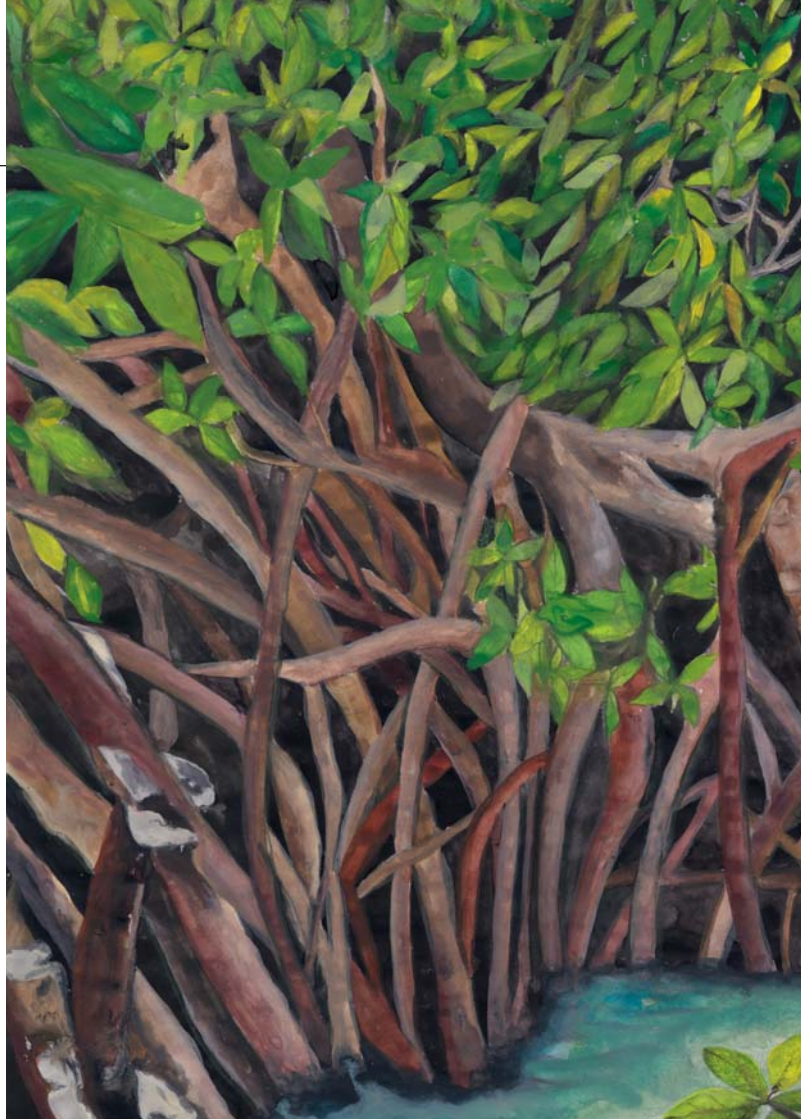
Par sa beauté et en tant qu'**écosystème**, les mangroves sont une attraction pour le tourisme écologique.

Artisanat et industrie

Le bois est dur, inattaquable par les termites et résistant au sel. On l'utilise dans la **construction des pirogues**, **des habitations** et pour **de la petite menuiserie**, comme les crosses du fusil.

Son bois a une grande valeur calorifique, brûle longtemps, sans crépiter et sans dégager de fumée. On en tire du **charbon de bois** de bonne qualité.

Où le trouver ? Partout en Casamance, dans les zones de mangrove.
Quand ? Floraison de septembre à octobre.



Palmier à huile

Elaeis guineensis
Djibékel en diola

Le palmier à huile trouve ses origines le long du Golfe de Guinée. Au Sénégal, il est surtout répandu en Basse et Moyenne Casamance.

Il peut mesurer jusqu'à 25 m, mais ne dépasse pas 15 m en plantation, pour des raisons de productivité et de technique de récolte.

Son tronc (*stipe*) caractéristique est cylindrique, vertical, non ramifié et de diamètre constant (40 cm). Les feuilles mesurent de 2 à 5 m de long.

Le fruit est composé d'un noyau entouré d'une pulpe de couleur jaune orangé. À l'intérieur du noyau se trouve la graine ou amande, appelée *noix de palmiste*.

L'huile de palme, rouge, provient de la pulpe, alors que l'huile de palmiste, blanche, provient de la graine.

Nutrition et santé

Les communautés locales traditionnelles voient le palmier à huile comme un arbre multi-usages. Les palmiers à huile se trouvent en général à proximité des villages.

Les racines sont utilisées contre les coliques, **les feuilles** contre les bronchites.

Les croyances et les pratiques mystico-religieuses sont répandues en Casamance.

Par exemple, la fleur du palmier à huile est brûlée par des prêtresses pour chasser les mauvais esprits lors de cérémonies réservées aux femmes.

L'huile de palme est omniprésente dans la cuisine sénégalaise. Elle sert également de matière première pour la production artisanale de savon.

Le vin de palme, *bounouk* en diola, marque l'identité des diolas de Casamance. Il est tiré de la sève, riche en vitamine C. Dans d'autres régions du Sénégal, le vin de palme est plutôt tiré du palmier rônier.

Industrie

Au niveau mondial, l'huile de palme est l'huile végétale la plus utilisée dans **l'industrie**, notamment dans **l'agro-industrie**, **la chimie** et **les agrocarburants**.

Son *stipe*, imputrescible, est utilisé pour fabriquer **des piquets** ou **des ponts**.

Où le trouver ? En Basse et Moyenne Casamance, dans les zones de savane et autour des villages.
Quand ? Floraison en deuxième partie de saison des pluies, récolte du fruit 2 fois par an. La récolte du vin de palme, pendant la saison sèche (octobre à juin), est un temps fort de la vie locale, auquel les visiteurs sont invités à participer.

Palmier rônier

Borassus akeassii
Dioule en diola

Planté aux abords des champs, le palmier rônier offre une protection mystique pour les cultures.

Le palmier rônier est originaire d'Afrique de l'Ouest. Il se plaît sur des sols de savane légers et bien drainés. Il grandit lentement jusqu'à 30 m et fructifie après 25 ans. Son tronc (*stipe*) est plus gros au sommet.

Ses feuilles ont une forme d'éventail. Ses fruits, ronds et verdâtres, se présentent en grappes de 25 à 50 kg.

Il est protégé au Sénégal, après avoir été longtemps surexploité pour son tronc et sa sève.

Nutrition

Les jeunes pousses sont cuisinées en légumes, grillés ou pilés.

Les fruits immatures donnent un lait apprécié des tout-petits. À maturation, ils sont consommés crus ou cuits.

Les graines sont préparées en gelée.

Le bourgeon terminal du *stipe* (le chou-palmiste ou **cœur de palmier**) est apprécié en salade ou en accompagnement.

La sève est utilisée pour produire le vin de palme, stimulant qui entre dans des préparations aphrodisiaques.

Les cendres du bois peuvent remplacer le sel.

Les fleurs sont données aux vaches.

Santé

Les racines traitent maux de gorge, bronchites, troubles respiratoires.

La tige qui supporte les fruits a des propriétés diurétiques.

La sève fraîche traite la rougeole, l'asthme et les bronchites.

Artisanat et industrie

Le tronc droit, fibreux et résistant aux termites, est apprécié dans **la construction** de poutres, de gouttières ou même de ponts.

Les tiges des feuilles servent comme **lattes pour les toitures** ou pour fabriquer **des nasses à poissons**.

Des feuilles, on fabrique **des cordes**, **balais** et **objets de vannerie**: corbeilles, chapeaux, lampes, fauteuils, tables, bibliothèques.

Les fruits sont utilisés comme **jouets** ou comme **instruments de percussion** (sonnaille).

Les graines, appelées ivoire végétal, sont transformées en **boutons**.

La filière rôneraie représente une ressource importante pour les artisans et les communautés locales.

Où le trouver ?
En savane et dans les zones sèches.
Quand ? Floraison de février à juin.
Le fruit se récolte à toutes les saisons.

Pommier du Cayor

Neocaya macrophylla
Bahabe en diola

Le pommier du Cayor est une plante d'origine africaine, qui pousse spontanément au Sénégal, au Libéria, au sud du Niger, au Mali, jusqu'au nord du Nigeria, en savane et sur sols sableux.

Il mesure entre 7 et 10 m. Son écorce, épaisse et rugueuse, est de couleur sombre. Ses branches caractéristiques sont tortueuses et ses feuilles sont ovales et pointues.

Le fruit, de la taille d'un abricot, contient une pulpe rougeâtre, savoureuse et très odorante à maturité. Le noyau, très dur, renferme deux graines oléagineuses et comestibles.

Les différentes parties de l'arbre ont des usages magiques et religieux : talismans, charmes, ornements sacerdotaux.

Nutrition et santé

Le fruit frais ne se conserve pas très longtemps. On le consomme cru ou en confiture. Il est riche en vitamine C et en fer.

On transforme **la pulpe** en une farine qui entre dans la fabrication de pâtisseries.

Les amandes, au goût semblable à celui des noisettes, sont consommées crues ou grillées. Elles ont des propriétés purgatives et vermifuges. Pressées à froid, elles produisent une huile qui entre dans la préparation de plats et de sauces.

L'huile, aux propriétés adoucissantes, est utilisée pour la fabrication traditionnelle de savon. La préparation de l'huile, longue et fastidieuse, est peu à peu abandonnée par les jeunes générations.

La décoction de **l'écorce de tige, des feuilles et de la pulpe séchée du fruit** est utilisée pour les bains de bouche, contre les maux de dents ou en solution buvable pour calmer les troubles respiratoires.

La poudre d'écorce s'utilise contre les hémorroïdes et les diarrhées. Chez les Baïnouks (peuple forestier de Guinée Bissau, Gambie et Casamance), cette poudre sert à guérir les plaies des circoncis.

Artisanat et élevage

Les feuilles basses sont **mangées sur l'arbre par les ruminants**.

Le bois, dur, sert à la fabrication de planches et de poutres utilisées dans le bâtiment ou la **charpenterie**.

Où le trouver ? Savanes côtières et arborées, forêts claires, lisières de forêts.
Quand ? Floraison presque toute l'année. Récolte des fruits de novembre à mars.

Solom

Dialium guineense
Bouparang en diola

Les djinns ou les mauvais esprits peuvent y élire domicile.

Le solom est présent en Afrique de l'Ouest et en Afrique centrale. Au Sénégal, on le trouve aux abords de Dakar et dans le sud du pays, notamment en lisière de forêts, aux abords de rivières ou dans des endroits ombragés et humides (canyons).

C'est un arbre au tronc court, au feuillage dense, rendant la cueillette de ses fruits difficile. Sa hauteur peut atteindre 20 m.

Le fruit (2 à 2,5 cm) est de forme ronde ou allongée avec une surface veloutée d'un brun noirâtre. Il contient une à deux graines entourées d'une pulpe farineuse rougeâtre et acidulée.

Le solom (wolof) est appelé en français *tamarinier noir*, *tamarinier velours* ou *dialium de Guinée*.

Nutrition

Le fruit est riche en vitamines. Sa pulpe fraîche ou séchée est comestible. Son goût aigre-doux ressemble à celui du fruit du baobab, mais en plus sucré. Mangé cru, il peut constiper.

Son jus est une boisson rafraîchissante commercialisée localement.

Les feuilles sont amères mais peuvent être cuisinées en sauce.

Santé

En médecine traditionnelle, **l'écorce** est utilisée comme analgésique. Elle soulage les douleurs dentaires, les céphalées et la toux.

Les racines sont considérées comme aphrodisiaques.

Les feuilles sont utilisées contre la fièvre, la faiblesse chronique, les douleurs prénatales, les palpitations cardiaques, les œdèmes, la jaunisse.

Les fruits combattent la diarrhée et la fièvre.

En médecine moderne, **des éléments de l'écorce** entrent dans la composition de thérapies contre certains cancers.

Usages domestiques, artisanat et industrie

Le bois est dur, de couleur rosée ou brune, à grain fin. Son odeur est désagréable lorsqu'il est frais. Résistant aux termites, il est utilisé dans la **petite menuiserie** et **l'ébénisterie** pour la confection de manches d'outils, d'ustensiles, de bibelots, de cure-dents. Il est également un bon combustible comme **bois de feu** et comme **charbon**.

L'écorce et les fruits permettent de **lutter contre certains parasites**.

Où le trouver ? Sur les berges des rivières, en lisière de forêts.
Quand ? Floraison de février à juin. Récolte des fruits en avril - mai.

Tamarinier

Tamarindus indica
Dakhar en wolof

Le tamarinier est originaire de l'Afrique de l'Est. Résistant à la sécheresse et au vent, il pousse partout au Sénégal, mais ne se renouvelle plus en zone sèche.

Cet arbre peut servir de fétiche pour les femmes prêtresses qui y reçoivent leurs clientes.

C'est un arbre de 10 à 25 m de haut et d'1 m de diamètre qui pousse lentement et vit longtemps.

Sa cime dense et sombre surplombe un tronc court et ramifié à la base.

Son feuillage est persistant à feuilles alternes.

Ses fruits, les tamarins, sont des grappes allongées, veloutées, de couleur brun-noir. Ils sont constitués de grosses gousses contenant de nombreuses graines entourées de pulpe fibreuse astringente au goût.

Le nom du fruit en wolof, *dakhar*, aurait été, selon certains, à l'origine du nom de la ville de Dakar. Il a donné par extension son nom à l'arbre.

Nutrition et santé

Le dakhar est cueilli lorsqu'il est parfaitement mûr, car il n'y a pas de maturation pendant le stockage. Il est riche en phosphore et en vitamine B1 (thiamine). Il est consommé frais ou séché au soleil, en condiment pour relever les sauces.

Le jus du fruit est une boisson rafraîchissante et fortifiante. Il combat les affections intestinales, maux de gorges, empoisonnement.

La pulpe contient de la tamarine, qui est un laxatif efficace.

L'écorce est utilisée contre l'asthme. En application externe, elle sert à soigner les plaies.

Le dakhar entre dans la plupart des préparations traditionnelles pour soigner la folie, la stérilité ou l'impuissance.

Industrie et artisanat

Le bois du dakhar est recherché pour **la confection de meubles** et **la construction**.

Les feuilles sont à la base de **teintures jaune et rouge**.

Où le trouver ? Partout au Sénégal, près des zones d'habitation.
Quand ? Floraison de mai à juin. Récolte des fruits en juillet.

Toll

Landolphia heudelotii
Boufembe en diola

Le toll est utilisé pour conjurer les mauvais esprits dans les champs.

Le toll pousse en Afrique tropicale, du Sénégal au Soudan. Cet arbuste buissonnant forme des touffes de 4 à 5 m de haut ou s'accroche en lianes à des grands arbres, jusqu'à 15 m en hauteur.

Les fruits sont des baies en forme de poire de 2 à 5 cm de long. Ils sont groupés en quatre à six fruits, orange à maturité, avec une pulpe blanche.

Le toll est aussi connu sous le nom commun français de liane à caoutchouc, car il couvrait les besoins en caoutchouc du Sénégal, de la Guinée et du Mali avant qu'il ne soit remplacé par des matières synthétiques.

Nutrition

La pulpe des fruits est très appréciée en raison de son acidité. **Le jus** est un breuvage tonique très sain.

Le fruit se consomme frais ou en assaisonnement. On en fait aussi une boisson alcoolisée. Le commerce du fruit du toll participe activement à l'économie sénégalaise.

Santé

Le toll est réputé pour faciliter la digestion.

Les racines et les feuilles calment les coliques.

Les rameaux et les feuilles sont utilisés en prévention des caries, calment les rages de dents et les vertiges.

Cette plante est considérée comme anti-lépreuse.

Artisanat et industrie

Le toll permet de fabriquer du **latex**, utilisé pour la réparation des chambres à air de vélos.

Le fruit sert de **teinture noirâtre** pour les cuirs.

Les haies de toll protègent **contre le feu**.

Où le trouver ? Dans les forêts et savanes.
Quand ? Floraison de février à juin.
Récolte du fruit de juillet à octobre.