

RESSOURCES ALIMENTAIRES LOCALES RICHES EN FER DANS LES ZONES AGRO-ECOLOGIQUES DU BENIN

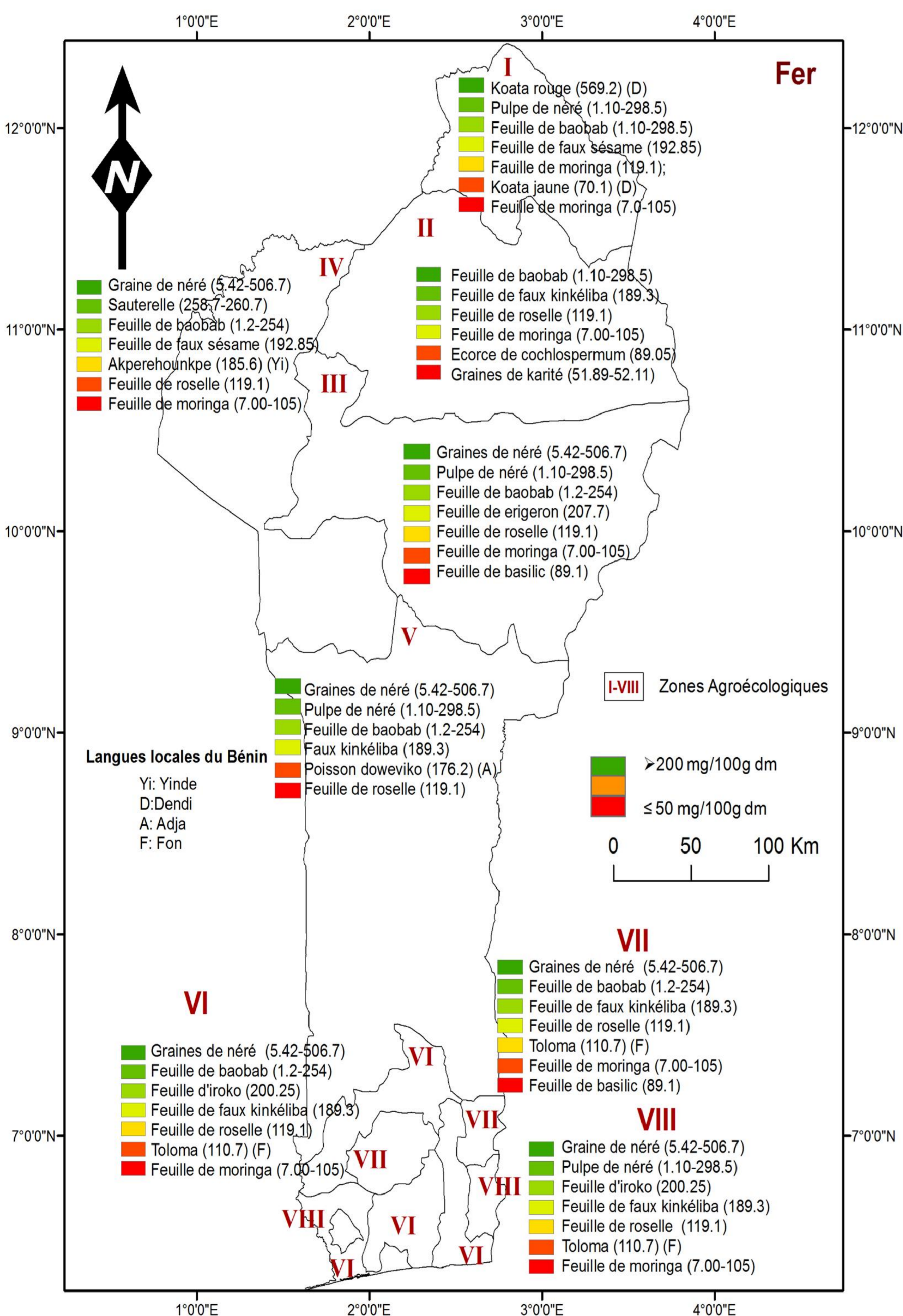
Chadare Flora Josiane^{1,2} Madode Yann Emeric¹ Fanou-Fogny Nadia¹, Juvencio O. Ayosso¹, Edmond Sacla Aidé¹, Jean Eudes Dekpemadoha, Rodrigue Idohou¹ Kayode A.P. Polycarpe¹, Hounhouigan D Joseph¹

¹ Faculté des Sciences Agronomiques, Université d'Abomey-Calavi, Bénin

² Ecole des Sciences et Techniques de Conservation et de Transformation des produits Agricoles, Université Nationale d'Agriculture, Bénin

Préambule

La malnutrition carencielle surtout celle en micronutriments est très répandue au Bénin. Une bonne combinaison des diverses ressources alimentaires locales (RAL) riches en nutriments est indispensable pour une bonne nutrition. La carte nutritionnelle et les photos renseignent sur la diversité des RAL riches en fer dans les 8 zones agroécologiques du Bénin. Sur la carte, la couleur verte indique les aliments les plus riches en fer, la couleur rouge indique ceux moins riches en fer, et entre les deux, il y a les intermédiaires. Les intervalles des teneurs en Fe sont indiqués devant chaque RAL. Une bonne optimisation des RAL est nécessaire pour un bon profit nutritionnel de la cible.



Sauterelle



Photo : © Chadare, Toucountouna (Benin), Août 2015

Utilisations traditionnelles :
Consommé sous forme cuite ou frite

Koata rouge



Photo: © Chadare, Karimama (Benin), Août 2015

Utilisations traditionnelles : Utilisé pour la préparation de la sauce

Feuille d'iroko



Photo : © Chadare, Zakpota (Benin), Août 2015

Utilisations traditionnelles :
Consommé comme sauce légume

Feuilles de faux kinkéliba



Photo: © Chadare, Banikoara (Benin), Août 2015

Utilisations traditionnelles : Utilisé pour la préparation de tisane

Feuille de baobab (*Adansonia digitata*)



Photo: © Chadare, Karimama (Benin), Août 2015

Utilisations traditionnelles : consommé sous forme sauce gluante utilisant la poudre ou la feuille

Feuille de Moringa (*Moringa oleifera*)

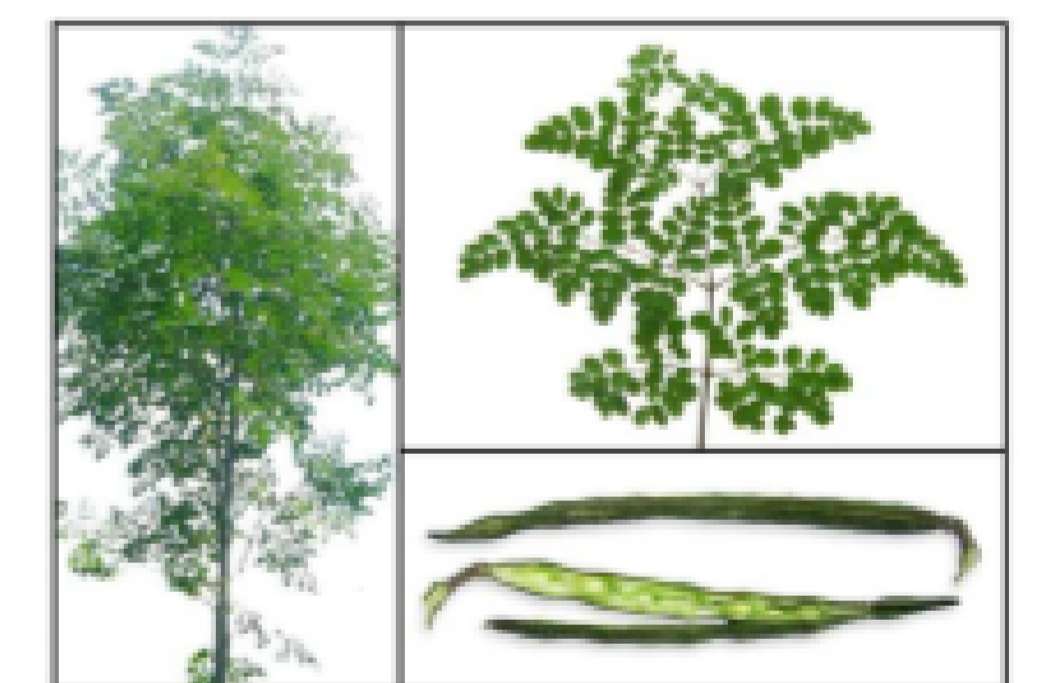


Photo: © Chadare, Karimama (Benin), Août 2015

Utilisations traditionnelles :
Consommé sous forme légume, sous forme de poudre dans la sauce tomate et sous forme de poudre dans la bouillie de céréales

Pulpe de néré (*Parkia biglobosa*)



Photo: © Chadare, Karimama (Benin), Août 2015

Utilisations traditionnelles :
Consommé directement sous forme crue, ou de boisson ou de galette

Feuille de Toloman (*Ludwigia perennis*)



Photo: © Chadare, Zakpota (Benin), Août 2015

Utilisations traditionnelles :
consommé sous forme de sauce légume

Feuille de Basilic



Photo : © Chadare, Coby (Benin), Août 2015

Utilisations traditionnelles :
Consommé comme sauce légume

Graine de néré



Photo: © Chadare, Toucountouna (Benin), Août 2015

Utilisations traditionnelles :
Consommé sous forme de condiments traditionnelles

Feuille de faux sésame



Photo: © Chadare, Karimama (Benin), Août 2015

Utilisations traditionnelles :
consommé comme sauce gluante

Remerciements

Le Royaume des Pays-Bas à travers le Fonds WOTRO/ARF
W 08.270.307



WAGENINGEN
UNIVERSITY & RESEARCH