LES PLANTES ALIMENTAIRES

CANNE À SUCRE
KANN

NOM SCIENTIFIQUE : SACCHARUM OFFICINARUM

TYPE DE PLANTE : LÉGUME

CYCLE : VIVACE

RÉCOLTE : FEVRIER À JUIN

UTILISATION: LA TRANSFORMATION INDUSTRIELLE DE SES TIGES EN SUCRE ET EN RHUM EST SA PRINCIPALE UTILISATION. MAIS ON UTILISE LA MASSE VÉGÉTALE DE LA PLANTE POUR LA CONVERTIR EN ÉNERGIE COMBUSTIBLE, CHARBON, BIOCARBURANT.

BANANIER POMME
FIG PONM

NOM SCIENTIFIQUE : MUSA RAJAPURI

TYPE DE PLANTE : FRUIT

CYCLE : ANNUEL

RÉCOLTE : TOUTE L'ANNÉE

UTILISATION:SE CONSOMME CRUE.

GINGEMBRE
JENJANB

NOM SCIENTIFIQUE : ZINGIBER OFFINALE

TYPE DE PLANTE : LÉGUME

CYCLE : VIVACE

RÉCOLTE : JANVIER

UTILISATION: EN CUISINE, LE GINGEMBRE EST UTILISÉ COMME UNE ÉPICE QUE L'ON RAJOUTE FRAIS OU EN POUDRE. DANS LA MÉDECINE, C'EST UN REMÈDE CONTRE LES PROBLÈMES DE DIGESTION, SON EFFET BRÛLE-GRAISSE, CONTRE LES NAUSÉES ET VOMISSEMENTS ET ANTI-INFLAMMATOIRE SURTOUT CONTRE LA GRIPPE.

GOMBO
GONBO

NOM SCIENTIFIQUE : ABELMOSCHUS ESCULENTUS

TYPE DE PLANTE : LÉGUME

CYCLE : ANNUEL

RÉCOLTE : 45 A 60 JOURS APRÈS GERMINATION

UTILISATION: HYDRATE ET LUTTE CONTRE LA CHUTE DES CHEVEUX. FACILITE LA DIGESTION ET SOIGNE LA FIÈVRE.

LAITUE SUCRINE
SUKRIN

NOM SCIENTIFIQUE : LACTUCA SATIVA

TYPE DE PLANTE : CADUQUE ET ORNEMENTALE

CYCLE : ANNUEL

RÉCOLTE : TOUTE L'ANNÉE AVEC SEMIS SUCESSIFS

UTILISATION: PEUT ÊTRE CONSOMMÉE CRUE OU CUITE, EN SALADE.

MALANGA
MALANGA, TAYO

NOM SCIENTIFIQUE : XANTHOSOMA SAGITTIFOLIUM

TYPE DE PLANTE : PLANTE POTAGÈRE

CYCLE : VIVACE

RÉCOLTE : ENVIRON 7 A 10 MOIS APRÈS PLANTATION

UTILISATION: SE CONSOMME BOUILLI OU CUIT À LA VAPEUR ACCOMPAGNÉ D´UNE SAUCE OU ENCORE FRIT.

PATATE DOUCE
GWADADA AN MWEN

IPOMOEA BATATAS ERATO

IPOMOEA BATATAS ERATO ROSE

IPOMOEA BATATAS ERATO VIOLET

NOM SCIENTIFIQUE : IPOMOEA BATATAS ERATO, ROSE ET VIOLET

TYPE DE PLANTE : LÉGUME

CYCLE : VIVACE

RÉCOLTE : TOUTE L'ANNÉE

UTILISATION: LE TUBERCULE DE LA PATATE DOUCE SE CONSOMME À LA MANIÈRE D'UNE POMME DE TERRE, MAIS ÉTANT PLUS SUCRÉE, ON PEUT ÉGALEMENT EN FAIRE DES DESSERTS. SA SAVEUR SUCRÉE ET SA TEXTURE FARINEUSE RAPPELLENT UN PEU CELLES DE LA CHÂTAIGNE. ON PEUT ÉGALEMENT CONSOMMER SES FEUILLES COMME DES ÉPINARDS.

PERSIL
PERSI

NOM SCIENTIFIQUE : PETROSELINUM CRISPUM

TYPE DE PLANTE : AROMATIQUE ET CADUQUE

CYCLE : BISANNUELLE

RÉCOLTE : AVRIL À DECEMBRE

UTILISATION: LE PERSIL SE CONSOMME CUIT POUR AROMATISER LES PLATS.

PIMENT FORT
BONDAMANJAK

NOM SCIENTIFIQUE : XANTHOSOMA SAGITTIFOLIUM

TYPE DE PLANTE : AROMATIQUE ET CADUQUE

CYCLE : ANNUEL ET VIVACE

RÉCOLTE : 3 MOIS APRÈS PLANTATION. LES FRUITS INCOMPLÈTEMENT MÛRS SE RÉCOLTENT AVEC LEUR PÉDONCULE POUR PROLONGER LEUR MATURATION. TOUTE L'ANNÉE AVEC SEMIS SUCESSIFS.

UTILISATION: LE PIMENT FORT SOIGNE LES AFFECTIONS OCULAIRES ET CUTANÉES, LES PANARIS ET LES FURONCLES, LES ÉTATS GRIPPAUX, LES MAUX DE GORGE ET BIEN D'AUTRES. SE CONSOMME DANS LES PLATS.

POIVRON
PWAVRON

NOM SCIENTIFIQUE : XANTHOSOMA SAGITTIFOLIUM

TYPE DE PLANTE : LÉGUME

CYCLE : ANNUEL

RÉCOLTE : ENVIRON 1,5 A 2 MOIS APRES PLANTATION

UTILISATION:LE POIVRON PEUT SE CONSOMMER CRU, GRILLÉ, RÔTI, CUIT À LA VAPEUR OU SAUTÉ.

TOMATE
TONMAT

NOM SCIENTIFIQUE : LYCOPERSICOM ESCULENTUM

TYPE DE PLANTE : FRUIT

CYCLE : ANNUEL

RÉCOLTE : 3,5 A 5 MOIS APRÈS LE SEMIS

UTILISATION: SE CONSOMME DANS LES PLATS.SE CONSOMME CRUE OU CUITE, DANS DES SALADES ET DES SANDWICHS, AINSI QUE POUR DES CONFITURES MAISON ET DES PLATS CHAUDS. FABRICATION DE JUS.

LES ARBRES FRUITIERS

ABRICOTIER
ZABRIKO PEYI

NOM SCIENTIFIQUE : LYCOPERSICOM ESCULENTUM

TYPE DE PLANTE : ARBRE FRUITIER

CYCLE : VIVACE

RÉCOLTE : JANVIER À MARS

UTILISATION: L'ABRICOT SERT À LA CONFECTION DE JUS, CONFITURE, MARMELADE, PÂTES DE FRUITS, TARTES, ETC. TOUTES LES PARTIES DE L'ARBRE AURAIENT DES PROPRIÉTÉS MÉDICINALES ET INSECTICIDES. SE CONSOMME CRU.

AVOCATIER
ZAVOKA

NOM SCIENTIFIQUE : PERSIA AMERICANA

TYPE DE PLANTE : ARBRE FRUITIER

CYCLE : VIVACE

RÉCOLTE : JUILLET À SEPTEMBRE

UTILISATION: L'AVOCAT SERT À LA CONFECTION D'HUILE POUR LES CHEVEUX. IL PROTÈGE CONTRE LES MALADIES ET SERT À RÉGULER LA PRESSION ARTÉRIELLE.

CERISIER SIRIZ

NOM SCIENTIFIQUE : PRUNUS CERASUS

TYPE DE PLANTE : ARBRE FRUITIER

CYCLE : VIVACE

RÉCOLTE : PRESQUE TOUTE L'ANNÉE

UTILISATION: SE CONSOMME FRAÎCHE OU SOUS DIVERSES FORMES. ELLE EST ÉGALEMENT UTILISÉE DANS DE NOMBREUSES PRÉPARATIONS EN PÂTISSERIE, POUR LA CONFECTION DE CONFITURES OU DE SIROPS.

CERISIER PAYS SIRIZ PEYI

NOM SCIENTIFIQUE : MALPIGHIA EMARGINATA

TYPE DE PLANTE : ARBRE FRUITIER

CYCLE : VIVACE

RÉCOLTE : PRESQUE TOUTE L'ANNÉE

UTILISATION: ELLE SE MANGE AUSSITÔT CUEILLIE. EN JUS, COMPOTE, GELÉE ET PUNCH, SA SAVEUR S'ADOUCIT AVEC LE SUCRE.

CITRONNIER SITWON

NOM SCIENTIFIQUE : CITRUS MAXIMA

TYPE DE PLANTE : ARBRE FRUITIER

CYCLE : VIVACE

RÉCOLTE : PRESQUE TOUTE L'ANNÉE

UTILISATION: IL EST TRÈS SOUVENT PRESSÉ POUR ASSAISONNER ET ENLEVER L'ODEUR DU POISSON ET DE CERTAINES VIANDES AVANT LEUR CUISSON. SON ZESTE, TRÈS ODORANT EST PARFOIS UTILISÉ POUR LA CONCEPTION DE GÂTEAUX OU AUTRES PÂTISSERIES, MAIS AUSSI DE DESSERTS TELS QUE LES CONFISERIES, LES GLACES, LES CONFITURES OU MARMELADES. IL EST AUSSI L'UN DES INGRÉDIENTS MAJEURS DE NOMBREUX COCKTAILS ALCOOLISÉS ET DU TI-PUNCH, MÉLANGE DE JUS DE CITRON ET DE RHUM.

CHADEC, CHADEQUE CHADEK

NOM SCIENTIFIQUE : CITRUS GRANDIS

TYPE DE PLANTE : ARBRE FRUITIER

CYCLE : BISANNUEL

RECOLTE : PRESQUE TOUTE L'ANNÉE

UTILISATION: SE CONSOMME CRU, FRAIS. IL PEUT ÊTRE UTILISÉ POUR FAIRE DU JUS.

COCOTIER
PYE KOKO

NOM SCIENTIFIQUE : COCOS NUCIFERA

TYPE DE PLANTE : PALMIER, MONOCOTYLÉDONE ARBORESCENTE (GRANDE HERBE VIVACE)

CYCLE : VIVACE

RÉCOLTE : ENTRE 4 ET 7 ANS APRÈS PLANTATION

UTILISATION: SON « BOIS » ET SES PALMES SONT UTILISÉS EN CONSTRUCTION. SA SÈVE PEUT SE BOIRE FRAÎCHE OU FERMENTÉ. LES FIBRES QUI ENTOURENT LE FRUIT SERVENT À FABRIQUER DES CORDES, DES MATELAS, DES BROSSES OU DES PAILLASSONS ET S'UTILISE COMME ISOLANT. LA NOIX DE COCO A DE MULTIPLES USAGES EN CUISINE ET EN COSMÉTIQUE GRÂCE À SON EAU ET À SA PULPE.

COROSSOLIER
KOWOSOL

NOM SCIENTIFIQUE : ANNONA MURICATA

TYPE DE PLANTE : ARBRE FRUITIER

CYCLE : BISANNUEL

RÉCOLTE : PRESQUE TOUTE L'ANNÉE

UTILISATION: LE COROSSOL SE MANGE CRU. ON PEUT EN FAIRE DU JUS EN NECTAR, DES GLACES, DES SORBETS OU ENCORE DES CONFITURES.

GOYAVIER
GWAYAV

NOM SCIENTIFIQUE : PSIDIUM GUAJAVA

TYPE DE PLANTE : ARBRE FRUITIER

CYCLE : BISANNUEL

RÉCOLTE : PRESQUE TOUTE L'ANNÉE SELON LA VARIÉTÉ

UTILISATION: LA GOYAVE SE RETROUVE SOUS TOUTES SES FORMES : EN CONFITURE, EN GELÉE, EN THÉ AVEC LES FEUILLES DE GOYAVES, EN JUS, , EN COCKTAIL ALCOOLISÉ OU NON, DANS DES PÂTISSERIES.

GRENADIER
GRENAD

NOM SCIENTIFIQUE : ANNONA MURICATA

TYPE DE PLANTE : ARBRE FRUITIER ET ORNEMENTAL

CYCLE : VIVACE

RÉCOLTE : PRESQUE TOUTE L'ANNÉE

UTILISATION: LA GRENADE SE CONSOMME CRUE, EN SALADE, EN JUS, EN CONFITURE OU GELÉE. CEPENDANT, LA CONFITURE ET LA GELÉE SONT DES PRODUITS IMPORTÉS EN MARTINIQUE. ELLES NE SONT PAS FABRIQUÉES LOCALEMENT.

ICAQUIER
ZIKAK, GWO ZIKAK

NOM SCIENTIFIQUE : CHRYSOBALANUS ICACO

TYPE DE PLANTE : ARBRE FRUITIER

CYCLE : BISANNUEL

RÉCOLTE : MAI À SEPTEMBRE

UTILISATION: L'ICAQUE SE CONSOMME CRU AVEC OU SANS LA PEAU QUI PEUT ÊTRE PELÉE OU CONFIT DANS DU SUCRE.

LONGANIER
LONGAN

NOM SCIENTIFIQUE : DIMOCARPUS LOGAN

TYPE DE PLANTE : ARBRE FRUITIER

CYCLE : VIVACE

RÉCOLTE : AVRIL À MAI

UTILISATION: LES LONGANES SONT CONSOMMÉS FRAIS, EN FRUITS DE BOUCHE ET EN JUS DE FRUITS. LES LONGANES SERVENT À RÉALISER DES BOISSONS ALCOOLISÉES (VIN, LIQUEUR).

ORANGER
ZORANJ

NOM SCIENTIFIQUE : CITRUS SINENSIS

TYPE DE PLANTE : ARBRE FRUITIER

CYCLE : BISANNUEL

RÉCOLTE : DECEMBRE À AVRIL

UTILISATION: APRÈS AVOIR ENLEVÉ LE ZESTE, ON LA MANGE SOIT PAR QUARTIER OU ENCORE EN LA TRANCHANT EN DEUX. L'ORANGE SE RETROUVE AUSSI EN JUS OU NECTAR OU DANS LES LIQUEURS ALCOOLISÉES NOTAMMENT LE SHRUBB QUI EST LA LIQUEUR DE RÉFÉRENCE EN FIN D'ANNÉE.

PAPAYER
PAPAY

NOM SCIENTIFIQUE : CARICA PAPAYA

TYPE DE PLANTE : ARBRE FRUITIER

CYCLE : VIVACE

RÉCOLTE : TOUTE L'ANNÉE

UTILISATION: LA PAPAYE SE MANGE EN FRUIT LORSQUE LA BAIE EST ARRIVÉE À MATURATION, MAIS AUSSI EN LÉGUME, COMME UNE COURGE. LA PAPAYE VERTE SE CONSOMME EN GRATIN OU EN DAUBE. LA PAPAYE MÛRE PEUT SERVIR À LA CONCEPTION DE CONFITURE.

PAMPLEMOUSSIER
CHADEK

NOM SCIENTIFIQUE : CITRUS PARADISI

TYPE DE PLANTE : ARBRE FRUITIER

CYCLE : BISANNUEL

RÉCOLTE : NOVEMBRE À JANVIER

UTILISATION: SE CONSOMME CRU. IL PROTÈGE LE CORPS DES INFECTIONS TELLE QUE LA GRIPPE, L'ASTHME ET LES ALLERGIES. LE PAMPLEMOUSSE AIDE AUSSI À LA POUSSE DES CHEVEUX ET À DÉCROÎTRE LA CHUTE DES CHEVEUX.

POMME CANNELLE, LE ATTIER
PONM KANNEL

NOM SCIENTIFIQUE : ANNONA SQUAMOSA

TYPE DE PLANTE : ARBRE FRUITIER

CYCLE : BISANNUEL

RÉCOLTE : SEPTEMBRE À FEVRIER

UTILISATION: LA POMME CANNELLE SE CONSOMME ESSENTIELLEMENT CRUE MAIS ELLE PEUT AUSSI SERVIR À LA CONFECTION DE DÉLICIEUX JUS ET SORBETS.

POMME MALACCA BLANCHE
MALAKA BLAN

NOM SCIENTIFIQUE : SYZYGIUM MALACCENSE

TYPE DE PLANTE : ARBRE FRUITIER ET ORNEMENTAL

CYCLE : BISANNUEL

RÉCOLTE : MARS À JUIN

UTILISATION: LA POMME MALACCA BLANCHE SE CONSOMME CRUE. LES FLEURS ASTRINGENTES SONT UTILISÉES CONTRE LA DIARRHÉE.

PRUNE CYTHERE NAIN
TI PRIN SITE

NOM SCIENTIFIQUE : ANNONA SQUAMOSA

TYPE DE PLANTE : ARBRE FRUITIER

CYCLE : VIVACE

RÉCOLTE : SEPTEMBRE À MARS

UTILISATION: ON EN FAIT UN JUS VERT POPULAIRE AU GOÛT HERBACÉ ET UNE BOISSON FAIBLEMENT ALCOOLISÉE AVEC LES FRUITS VERTS, QUI SE RAPPROCHE DU CIDRE. ELLE PEUT ÉGALEMENT ÊTRE UTILISÉE DANS LA CONCEPTION DE SORBET.

SAPOTILLIER
SAPOTI

NOM SCIENTIFIQUE : MANILKARA SAPOTA

TYPE DE PLANTE : ARBRE FRUITIER

CYCLE : VIVACE

RÉCOLTE : TOUTE L'ANNÉE

UTILISATION: LE FRUIT EST CONSOMMÉ ESSENTIELLEMENT CRU MAIS PEUT ÊTRE CUISINÉ POUR EN FAIRE DE LA CONFITURE.