

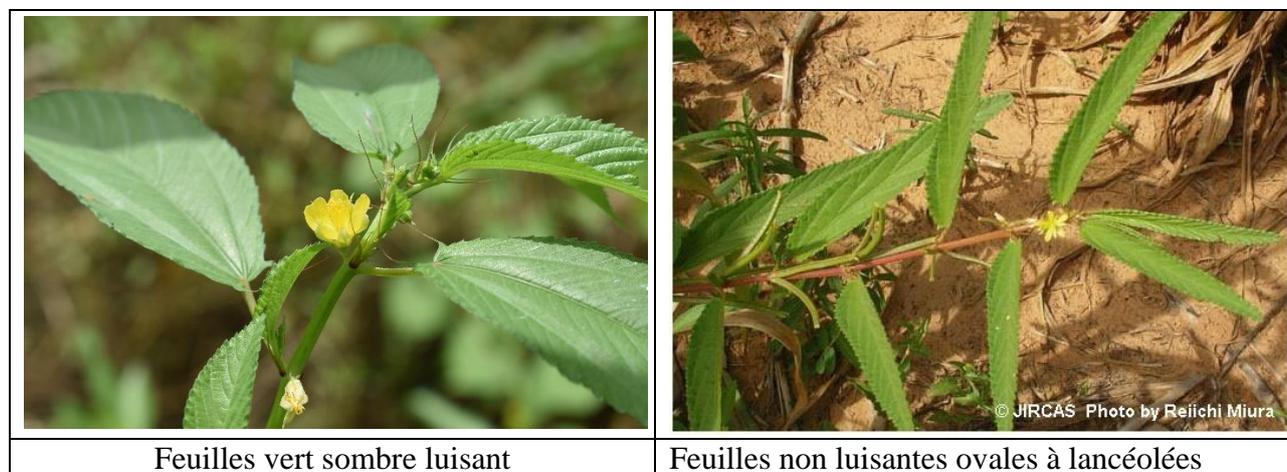
Rédaction : Mme Iboune Mariama, Assoumane Djibo Hassane, Assouman Djibo Ayouba, Mahamadou Farouk Abdoukader (CRA Niamey) avec les apports de Fanta Mady Cissé Safiatou (RECA) et du Docteur Adamou Basso (INRAN) / Janvier 2024

Fiche pratique ou fiche technique ? Cette fiche élaborée par la Chambre Régionale d'Agriculture de Niamey n'est pas simplement une fiche de « recettes » (comment il faut faire). Elle présente les pratiques des producteurs, des connaissances issues de la recherche et des observations de terrains. Elle est destinée aux conseillers agricoles pour leur servir de support afin de leur permettre de réfléchir avec les producteurs sur la conduite de leurs cultures et les améliorations possibles. Elle met également en avant les points à travailler par manque de références.

Les légumes feuilles traditionnels sont nombreux, une quinzaine d'espèces provenant d'arbres, d'arbustes ou d'herbacées. Certaines feuilles sont ramassées dans les champs ou la brousse, et quelques-unes sont cultivées (moringa, corète, oseille, amarante). Ces feuilles apportent des nutriments indispensables à une alimentation équilibrée car elles sont riches en vitamines, en sels minéraux et aussi des protéines. Ces plantes sont aussi des sources de revenus pour les populations et elles sont utilisées par la médecine traditionnelle.

La corète est nommée fakou en Zarma et malohia en Haoussa. Selon les maraichers, c'est une culture en progression car la demande est en augmentation. Avant, rares étaient les producteurs qui la cultivaient mais aujourd'hui chaque producteur peut mettre au moins 3 à 4 planches de corète à côté des autres spéculations compte tenu de sa forte demande.

1. Un peu de botanique



La corète appartient au genre *Corchorus* de la famille des Tiliacées. Au Niger, il existe quatre ou six espèces du genre *Corchorus* dont 3 espèces sont régulièrement consommées à l'état frais ou sec : *Corchorus fascicularis*, *Corchorus olitorius* et *Corchorus tridens*.

Quelle espèce est cultivée à Niamey ? Nous pensons que c'est *Corchorus olitorius* mais nous n'en sommes pas certains. Aussi nous préférons utiliser le mot corète ou *Corchorus ssp*¹.

La corète potagère est une plante annuelle pouvant atteindre 1 mètre de hauteur mais en culture elle ne dépasse pas 50 cm de haut environ au Niger. Elle porte des feuilles ovales oblongues, de couleur vert foncé, de petites fleurs jaunes et des capsules allongées en forme de siliques ; on appelle siliques, le fruit (gousse) dont l'ouverture se fait spontanément afin de libérer les graines.

La corète est un légume feuille récolté à l'état sauvage, pouvant être épargnée dans les champs lors des travaux champêtres mais aussi cultivé essentiellement sur les sites maraichers urbains de Niamey, mais peu présent sur les sites péri-urbains (plus de 10 km du cœur de ville).

2. Utilisation et intérêt de la corète

Très appréciée dans l'alimentation, la corète se trouve à l'état sauvage. Elle est généralement cueillie par les femmes pendant la saison de pluie aux alentours des villages et dans les champs pour être directement préparée fraîche ou encore séchée et stockée pour une utilisation future. Aujourd'hui, elle devient de plus en plus une herbe potagère domestiquée et cultivée sur les sites maraichers urbains de Niamey.

Ses feuilles sont utilisées en sec ou en frais dans la préparation de sauces. La corète est présentée comme « légume mucilagineux » comme le gombo. Elle contient une substance qui gonfle au contact de l'eau et lui donne des propriétés épaississantes.

Du fait de la richesse de ses jeunes feuilles en éléments nutritifs (vitamine C, provitamine A, sels minéraux, en protéines), la corète potagère permet de lutter contre les carences nutritionnelles. Elle a aussi différentes utilisations médicinales pour le traitement de certaines pathologies telles que l'anémie, la constipation, etc. Diverses parties de ces plantes sont utilisées à cet effet : les feuilles, les racines, les tiges feuillées et les graines.

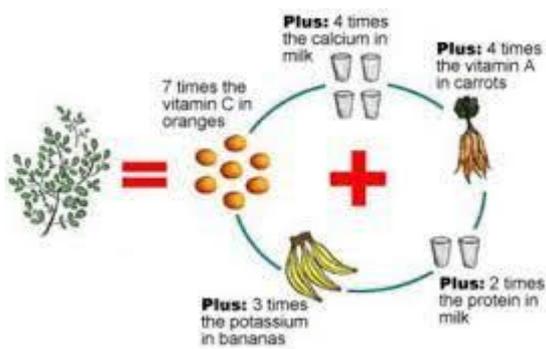
ALIMENTS (100g)	Energie (Kcal)	Protides (g)	Lipides (g)	Glucides (g)	Calcium (mg)	Fer (mg)	Zinc (mg)	Vit. A mcg E.R	Vit. B1 mg	Vit. B2 mg	Vit. PP mg	Vit. C mg	Déchets (% du poids brut)
Betterave crue (rouge)	46	1,9	0,1	9,3	16	0,9	0,4	2	0,02	0,01	0,20	2	
Carotte crue	40	0,9	0,1	9,6	35	0,7		2740	0,04	0,04	0,6	8	
Céleri, cru	12	0,8	0,1	2	40	0,4	0,1	3	0,05	0,05	0,32	7	
Champignon cru	32	1,53	0,5	6,3	20	1,5							
Choux fleur	25	2	0,1	5	35	1,2	0,3	7,5	0,06	0,09	0,5	96	
Choux pommée	43	3,5	0,8		132	1,3		450	0,05	0,04	0,3	110	
Concombre	15	0,8	0,1	2,7	13	0,5			0,02	0,01	0,3	14	
Corchorus (Bulvaka) feuilles fraîches	58	4,5	0,3	12,4	360	7,2		3205	0,15	0,53	1,2	80	
Corchorus (Bulvaka) feuilles sèches	239	19	1,6	50,1	1540	8		-	0,14	-	1,1	2	

Tableau issu de Edition et vulgarisation d'une table de composition des aliments couramment consommés au Burkina Faso/ par le Ministère de la Santé du Burkina Faso en 2005.

Ce tableau indique la valeur nutritive des feuilles de corète fraîches et sèches en minéraux et vitamines par rapport à d'autres légumes pour 100 grammes. Evidemment 100 grammes de feuilles sèches sont plus riches en énergie et calcium car elles demandent plus de feuilles fraîches mais par contre elles sont beaucoup plus pauvres en vitamines. D'un point de vue nutritionnel, il vaut mieux consommer des feuilles fraîches.

¹ Le sigle « ssp » est utilisé en botanique pour désigner plusieurs espèces qu'il est difficile d'identifier.

Mais les feuilles de corète ne se consomment ni fraîches, ni sèches, elles sont généralement cuisinées. Selon le mode et la durée de cuisson, une partie des nutriments, en particulier les vitamines, est détruite.



Tout le monde connaît les apports nutritionnels du moringa qui fournit 7 fois plus de vitamines C que les oranges ou 4 fois plus de vitamines A que les carottes. Mais le moringa ne se mange pas cru, contrairement aux oranges, et donc n'apporte pas les quantités indiquées.

Des études existent sur les effets de la cuisson sur les compositions en nutriments et les techniques de préparation permettant de préserver le maximum d'éléments nutritifs.

Tout comme la laitue et l'amarante, la corète est appréciée par les producteurs à cause de sa croissance rapide et de son cycle court d'où un apport régulier de revenus pour subvenir aux besoins.

3. Conduite de la culture



Selon les producteurs, la corète peut être produite toute l'année mais elle n'aime pas le froid et la période d'Harmattan (décembre à février), le rendement est plus élevé en saison sèche chaude et en hivernage qui sont les périodes favorables. La culture de la corète est facile, elle préfère un sol bien drainé et riche en matière organique.

Les producteurs cultivent la corète de deux manières. Ils peuvent semer la corète puis récolter entièrement les planches par arrachage après 30 à 45 jours en fonction des périodes. Certains pratiquent des coupes régulières. La coupe intervient chaque 30 jours pour les deux périodes favorables et 45 jours en saison froide. La coupe est échelonnée et peut aller au-delà de 6 mois à condition d'assurer une irrigation régulière et en quantité suffisante car la corète est sensible à la sécheresse. Après 2 mois sans coupe, la corète commence la fructification.

4. Présentation des variétés

A Niamey, les producteurs distinguent deux types de variétés qui se différencient par les noms locaux qui leurs sont attribués mais aussi par la taille, la forme et la couleur des feuilles.



Photo 1 : Fakou tchirey



Photo 2 : Yaou fakou ou facou bi

Pour la variété communément appelé en zarma facou tchirey, elle s'identifie à travers ses feuilles larges dentelées avec une couleur vert clair (photo 1), tandis que les feuilles de variété yao focou restent petites avec une couleur vert foncé (photo 2).

La variété yaou facou est la plus connue et la plus appréciée par les consommateurs. trices car elle est plus gluante. Fakou tchirey est moins appréciée donc moins cultivée.

5. Les semences



De couleur noires, les semences sont de très petites tailles. Elles sont commercialisées sur les marchés et auprès des vendeurs de semences locales à proximité des sites de production.

Des semences viennent du Nigeria, du Bénin et du Burkina Faso. Il y a également les sociétés productrices de semences comme Sahelia Sem et Green Seeds qui proposent des semences améliorées.

Certains producteurs produisent leurs propres semences en gardant quelques pieds jusqu'à maturité.

6. Semis

A Niamey, la corète est cultivée en planche et à plat. Les producteurs n'apportent pas de fumure de fond (organique ou minérale) lors de la préparation. La planche doit être bien travaillée pour obtenir une terre fine comme lit de semences compte tenu de la taille des graines.



Le semis se fait sur planche à la volée. Pour les producteurs qui font plusieurs récoltes par coupe, il est utilisé une petite boîte de nescafé pour couvrir 8 planches de 10 m² soit 90 grammes de semences environ (1 000 F). Pour les producteurs qui font une seule récolte par arrachage, le semis se fait avec une plus forte densité soit 1,5 à 2 boîtes. La boîte est vendue à 1000 F.

Cela donne une quantité de semences de 11 à 17 grammes par m². Au Bénin, la quantité recommandée de semences est de 5 à 10 grammes par m², soit presque deux fois moins.

Dans les documents techniques consultés, il est expliqué que les graines de corète sont sujet à un phénomène de dormance, ce qui constitue un problème pour les producteurs. La germination des graines de corète est très hétérogène et peut aller d'une semaine à un an. C'est pourquoi il est recommandé une technique de levée de la dormance pour stimuler la germination.

Les producteurs de Niamey n'ont pas signalé de problème de dormance. Cependant, en saison froide, les producteurs trempent les graines dans de l'eau tiède pendant huit heures de temps environ avant le semis pour accélérer la germination. Peut-être qu'ils pallient la dormance d'une partie des graines par une plus grande quantité de semences, même si une partie seulement germe cela suffit.

7. Fertilisation

Pour la fertilisation les producteurs n'appliquent pas de fumure de fond mais quelques jours après la levée ils apportent du fumier (non décomposé) et un apport d'urée 15 à 30 jours après la levée.

- L'apport de fumier en surface ne permet pas d'apporter beaucoup d'éléments nutritifs à la culture même si une partie du fumier peut se décomposer. Mais il faut prendre en compte que

les apports sont réguliers à chaque culture et que chaque culture bénéficie des apports en matière organique de la culture précédente qui sera enfouie au moment de la préparation de la planche.

- L'urée est apportée environ deux semaines après la levée en saison d'hivernage et saison sèche chaude (cycle court) tandis que l'apport se fait de 20 à 30 jours après la levée en saison froide (cycle plus long).

Au Bénin, il est recommandé d'apporter du fumier de volailles bien décomposé à 2 kg par m². Il est possible d'ajouter 1 kg de centre de bois pour 10 m² qui permet d'apporter le potassium généralement en quantité insuffisante dans le fumier. La fertilisation minérale recommandée est de 250 grammes de NPK triple 15 pour 10 m².

8. Attaque et protection phytosanitaire

Selon les producteurs, la corète est généralement attaquée par des chenilles d'où un traitement préventif à base de produits contenant de l'émamectine deux semaines après la levée.

Pendant les périodes favorables, où la coupe ou l'arrachage intervient 30 jours après le semis, ils font un seul traitement après le semis. Pendant la saison froide avec 45 jours de culture, un deuxième traitement peut intervenir.



L'émamectine est une matière active contre les chenilles qui rencontre la faveur des producteurs depuis plusieurs années. Aussi, ils ont tendance à l'utiliser en continu sur la plupart des cultures. Cette utilisation va sans doute faire apparaître des résistances et donc une efficacité de plus en plus faible de cette matière active.

Contrairement à la tomate ou au poivron, les producteurs de Niamey ne signalent pas de dégâts dû aux nématodes. Pourtant, l'INRAN confirme que la corète est sensible aux nématodes. L'utilisation d'une bonne quantité de matière organique a un effet positif contre les nématodes ainsi qu'une rotation des cultures, notamment en alternance avec l'amarante pour limiter la population de nématodes. L'amarante est une plante piège qui permet de diminuer les populations de nématodes dans une parcelle.

Généralement un seul désherbage est fait avant la récolte par arrachage mais pour ceux qui font la coupe un désherbage peut intervenir après chaque coupe au besoin.

9. Irrigation

L'arrosage se fait avec des arrosoirs deux fois par jour, matin et soir (deux arrosoirs par planche de 5 à 6 m de long sur 1,20 à 1,5 m de large)

10. Récolte et commercialisation

Le prix de vente varie en fonction de la saison et du nombre de client (demande). En période favorable, la planche de 10 m² est vendue à 3 000 F.CFA pour les revendeurs grossistes et 4 000 à 4 500 F.CFA en saison froide. Mais certains producteurs qui n'arrivent pas à écouler à temps baissent les prix.

La commercialisation se fait par les femmes qui achètent les planches de la corète fraîche auprès des producteurs sur les bassins de productions.



Les plants sont arrachés et ensuite attachés en bouquet pour être vendus sur les marchés en raison de trois bouquets à 500 voire 600 F.

Pour la corète sèche, selon les commerçants, la grande majorité provient surtout des bassins de production du Boboye. Elle est ensuite mise dans des sacs de 100 kg pour être transportée sur les différents marchés de Niamey.

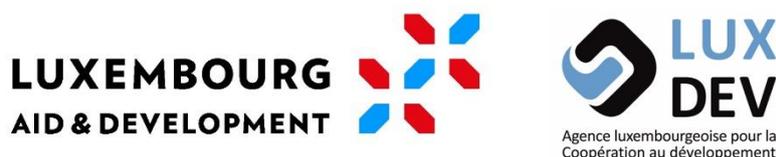
11. Les thématiques de travail avec les producteurs

- Eviter les traitements préventifs avec des pesticides chimiques au profit des biopesticides ou faire des observations sur l'arrivée des ravageurs.
- Améliorer la fertilisation organique avant la culture avec du compost bien décomposé afin que les plantes se développent rapidement et éviter trop de sarclages longs et difficiles.
- Encourager la production de semences locales à partir des variétés et écotypes les plus intéressants (sélection participative).

Sources :

- Enquête terrain CRA Niamey
- Plantes alimentaires spontanées au Niger - Mahamane SAADOU, Idrissa SOUMANA, Faculté des Sciences et Faculté d'Agronomie, Université de Niamey, Niger
<https://duddal.org/s/bibnum-promap/item/12401>
- Légumes africains indigènes – Présentations des espèces cultivées – CTA
- Diversité et importance socio-économique de *Corchorus* spp. (Tiliaceae) dans la région de Tahoua au Niger
<https://duddal.org/s/bibnum-promap/item/14775>
- Fiche technique synthétique pour la production de la corète potagère (*Corchorus olerarius* L.) Sanni G. B., Lègba C. E., Aglinglo A. L., Djido U., Francisco R., Fassinou Hotègni V. N., Achigan-Dako G. E. 2018. Laboratory of Genetics, Horticulture and Seed Science (GBioS), Université d'Abomey-Calavi (UAC), Abomey-Calavi, Bénin.

Cette fiche technique a été rédigée par la Chambre Régionale d'Agriculture (CRA) de Niamey avec la participation des producteurs membres consulaires de la CRA et l'appui du RECA.



La CRA de Niamey est appuyée par le Programme NIG028 : « Programme d'appui au développement de l'emploi et de l'employabilité des jeunes et des femmes dans les régions de Dosso, Niamey et Zinder ». Ce programme bénéficie de la contribution financière de la Coopération luxembourgeoise et il est exécuté par LuxDev, l'Agence luxembourgeoise pour la Coopération au développement.