

L'arbre Moringa

Le Moringa (*moringa oleifera*) est un arbre tropical et une des plantes les plus utiles et polyvalentes qui existent sur terre.

Le Moringa est très riche en éléments nutritifs (vitamines, minéraux et protéines). Les feuilles fraîches de Moringa contiennent, par gramme : 7 fois autant de vitamine C que les oranges, 4 fois autant de calcium que le lait, 4 fois autant de vitamine A que la carotte, 3 fois autant de potassium que les bananes, 3 fois plus de fer que dans les épinards et autant de protéines que les œufs de poule !

Moringa : un arbre d'une rare puissance !

Chaque partie de l'arbre de Moringa a des propriétés bénéfiques qui sont au service de l'humanité.

Le Moringa possède un énorme potentiel. Son intérêt est diététique, agronomique et médicinal. Il peut également purifier l'eau et la rendre potable. Les médecins utilisent l'arbre Moringa pour traiter le diabète et l'hypertension, il est également efficace contre les infections de la peau. Il peut aider à reconstruire les os fragiles, combattre les anémies et la malnutrition, et permettre à une mère d'allaiter son nourrisson. Mais le Moringa sert également de fourrage pour les animaux et on peut fabriquer du carburant avec la graine. On dirait de la magie !

Moringa *oleifera* est un arbre à croissance rapide, résistant à la sécheresse, qui se développe dans des conditions arides. Il peut atteindre une hauteur de jusqu'à 3 mètres dès la première année. Ses feuilles et ses gousses peuvent être utilisées tout de suite.

Le Moringa produit des feuilles pendant la saison sèche et même durant les périodes de sécheresse. Le Moringa est donc une véritable source de vie, une source de verdure lorsque peu d'autres aliments sont disponibles.

Moringa, feuilles fraîches



Moringa, feuilles séchées

