

Les ignames sauvages

Les ignames sont des lianes abondamment cultivées pour leurs tubercules comestibles. Les espèces poussant à l'état sauvage en forêt sont collectées depuis des millénaires et sont encore aujourd'hui fréquemment consommées par les Pygmées d'Afrique centrale.

De l'amidon et plus encore

Les tubercules d'ignames sont des féculents qui procurent de l'énergie. Ils se distinguent des autres tubercules par leur richesse en protéines, appréciée lorsque la viande ou le poisson viennent à manquer. Contrairement à la plupart des plantes sauvages à tubercules, les ignames de forêt ne contiennent pas de substances toxiques et peuvent être manipulées sans risque par les enfants.



Vite préparées

Les tubercules sont déterrés au fur et à mesure des besoins et quelques minutes de cuisson à l'eau ou à l'étouffée suffisent à leur préparation. Les ignames se prêtent aussi à de nombreuses préparations culinaires (grillées, râpées, en purée,...). Leur consommation s'accompagne généralement d'une sauce.



Protégées en profondeur

Les tubercules d'ignames les plus charnus sont enfouis jusqu'à 3 m de profondeur, hors de portée des animaux qui fouillent les couches superficielles du sol. L'homme est le seul consommateur d'ignames capable de creuser à cette profondeur. Un seul pied d'igname peut fournir jusqu'à 30 kg de tubercules.



Les ignames sauvages

La tarière : un outil adapté à la vie nomade

La tarière utilisée par les Pygmées permet de creuser en profondeur et d'extraire délicatement les tubercules sans abîmer la plante, qui pourra ensuite produire un nouveau tubercule. Cet outil est à la fois facile à fabriquer, efficace et jetable. Ne pas s'encombrer d'objets superflus est en effet vital pour des sociétés nomades.



Une précieuse monnaie d'échange

Les Pygmées sont les seuls à parfaitement maîtriser le déterrage des tubercules d'ignames sauvages. Ils échangent fréquemment cette ressource avec leurs voisins agriculteurs sédentaires et reçoivent en retour du sel, du tabac, des vêtements ou des produits vivriers.



Ni sauvages, ni cultivées

Chaque pied d'igname sauvage est détenu par un Pygmée qui a recours à des rites magiques pour protéger les ignames qui lui appartiennent. À travers ces pratiques très anciennes, les Pygmées ont élaboré des modes de gestion durable de la nature dont nous aurions tout intérêt de nous inspirer.



Un seul pied d'igname peut fournir jusqu'à 30 kg de tubercules !

