



Secrets de fruits exotiques

Jean-Yves Maisonneuve



Hymne à la vie végétale

L'homme s'est vu offrir, en arrivant sur cette planète, un très grand jardin et une très grande diversité de fruits avec la proposition, en mangeant ces fruits, de semer les graines et de transmettre la vie.



Car les fruits et les arbres fruitiers sont des migrants et des vagabonds. Leur migration fut facilitée par les éléments atmosphériques, le vent, l'eau, la mer, les animaux, surtout les oiseaux, mais aussi par les hommes toujours prompts à l'expérimentation et à la reproduction d'expériences. La nature docile s'est le plus souvent laissée faire.

Beaucoup de fruits ont ainsi voyagé vers d'autres pays où ils ont représenté de précieuses acquisitions. Seule la barrière du climat, de la lumière, de la chaleur a cantonné les espèces à l'intérieur de ce grand espace des Tropiques.

De tout temps, les hommes se sont employés à prélever de cette corne d'abondance, ce qu'ils ont pensé être les meilleures plantes, les meilleures graines, les meilleurs fruits en se les appropriant pour leur confort, leur santé et surtout leur commerce.

La forme nouvelle de ces fruits, leur couleur inconnue, leur parfum inattendu, de même que l'ignorance sur l'utilisation et la façon de les consommer ont pu quelque fois nous rendre réticents à tenter l'aventure de leur initiation.

Hormis quelques fruits qui n'étaient pas à maturité au moment de leur découverte, j'ai eu la chance de faire

l'expérience visuelle, olfactive, sensorielle et gustative de tous ces fruits présentés. Avec certains, j'ai eu de nombreuses conversations et le sentiment de les connaître comme des amis. Maintenant, je reconnais à leur allure les arbres qui les ont portés, les feuilles qui les ont abrités, les fleurs qui les ont engendrés. Pour d'autres, la rencontre a été plus fugitive, mais tous m'ont marqué de leur singularité.

Cette balade est aussi tissée de rencontres quelque fois organisées, parfois inattendues avec beaucoup d'anonymes dont je ne retiens que le sourire quand ils m'ont ouvert leurs jardins, leurs connaissances et le plus souvent leur cœur. Car le fruit relève de l'intime ; il est sésame et langue universelle ; il favorise le lien et rend complice. Il interpelle les cinq sens, tutoie les instincts fondamentaux, le désir, le plaisir, fait naître le don, parle à nos racines de frugivore. Les arbres fruitiers sont symbole de convivialité et les fruits ont le goût de la vie.

Dans ce voyage empreint de gratitude, on ne peut oublier l'accueil attentif et bienveillant de ce couple sur l'île de Mahé aux Seychelles, profondément heureux de faire découvrir son arbre couvert de rollinias, cette rencontre avec le directeur d'un centre de recherche dans la vallée du Mékong au Vietnam prenant le temps de transmettre l'état de ses recherches en vue de l'amélioration de la pitaya, ou bien cette jeune maraîchère en Martinique, faisant des kilomètres sous une pluie diluvienne, à la fin de son marché, pour montrer avec fierté et bonheur sa production de gombos...

Ce voyage proposé ne suit pas le classement des hommes mais le choix aléatoire de la Nature. Puisse-t-il être, le

temps d'un instant, de la vitamine pour les yeux, de la nourriture pour le cœur, de la beauté pour l'âme...



PUR FRUIT DE LA CAMPAGNE, Jean-Yves Maisonneuve possède des molécules de fruit dans son ADN et son arbre généalogique est un arbre fruitier. Sur la ferme familiale de la Chapelle sur Erdre, près de Nantes, il a produit, cueilli, vendu et raconté les fruits. Il a été à l'initiative d'un premier jardin créé sur la ferme fruitière et dédié aux

fruits, le Jardin des Hespérides.

Arboriculteur atypique, amoureux fou des fruits, Jean-Yves a converti sa profession en passion. De la Polynésie aux îles Seychelles, des Antilles à Bali, du Vietnam au Costa Rica, il sillonne les routes du grand jardin planétaire à la découverte de nouveaux fruits.

*Aujourd'hui, il partage avec sa compagne Catherine, un nouveau lieu construit autour du fruit en Charente-Maritime, le Jardin de Pomone - **classé Jardin remarquable** - dédié à la déesse des fruits et aux arbres fruitiers du monde entier.*

Parallèlement, il continue par des conférences à transmettre sa passion des fruits. Il est l'auteur de « Paroles de fruits » et de « Quand les fruits racontent des histoires d'hommes ».

L'icaque

Chrysobalanus icaco

Très apprécié autrefois par les Arawaks, les Amérindiens des Antilles, qui le nommaient «icacou», le fruit de l'icaquier tombe aujourd'hui en désuétude. On l'appelle aussi la prune coton, la coco plum et d'une façon plus péjorative aux Seychelles, « la prune française ».



La pulpe est blanche, adhérente au noyau et d'une saveur très douce,

presque neutre. Aux Antilles, le fruit est confit et sert à la fabrication de compotes, de confitures ou du punch. Le noyau contient une amande dont on extrait une huile aux vertus médicinales. D'ailleurs, toutes les parties de la plante ont des propriétés thérapeutiques aujourd'hui accréditées. Très décoratif, l'icaquier retrouve une nouvelle reconnaissance dans les espaces publics où il est planté fréquemment comme arbuste d'ornement.



Le pejibaye

Bactris gasipaes

Bien présent au Costa Rica, le pejibaye ou « palmier-pêche » est un arbre d'une grande élégance, au tronc recouvert d'épines noires, longues et très aiguës que les Indiens chasseurs plaçaient dans leurs sarbacanes.



Les fruits sont de toute beauté alliant le jaune, le rouge et l'orange dans un brillant lumineux. Parfois réduits en farine, ils sont généralement vendus prêts à être consommés car leur cuisson nécessite trois

bonnes heures dans de l'eau bouillante. Ils ont alors la saveur et la texture de la châtaigne européenne. Les différentes tribus amérindiennes en Amérique du Sud appréciaient ce fruit depuis la plus haute Antiquité, comme les Shuars au Venezuela ou les Zibaracles en Équateur, qui organisaient tous les ans au moment de la récolte des fêtes rituelles et grandioses. Les pejibayes sont aussi utilisés en Amazonie pour confectionner une bière traditionnelle, la « masato ». C'est de cet arbre que l'on extrait le cœur de palmier, à la saveur du cœur d'artichaut, consommé frais localement ou mis en conserve pour l'exportation.



Le palmier nypa

Nypa fruticans

Le palmier nypa pousse dans la vase ou la boue. On le retrouve fréquemment dans les estuaires et les embouchures marécageux de l'Asie du Sud-Est. Dans les mangroves, il ne laisse apparaître que



ses palmes immenses. Le tronc, poussant le plus généralement à l'horizontale, est immergé. L'inflorescence est très belle d'un orange soyeux et fluorescent. On en extrait la sève très riche

en sucres pour servir d'édulcorant naturel et fabriquer des boissons alcoolisées.

Les fruits immatures sont regroupés en boules translucides et gélatineuses de la grosseur d'un ballon de football. Ces fruits, de couleur acajou, semblent tout droit sortis de l'atelier d'un sculpteur émérite. Les jeunes graines tendres sont consommées crues ou cuites et elles entrent dans la confection d'un sirop. Elles sont utilisées en Malaisie, dans les desserts sous le nom d'« Attap chee ».



Le fruit de la passion poc-poc

Passiflora foetida

Étrange contraste chez ce fruit entre sa structure précieuse comme un diamant enchâssé dans un étui brodé de fils d'or et son nom latin qui fait référence à son odeur désagréable quand ses feuilles



sont endommagées en faisant éclater les glandes visqueuses à la pointe de leurs poils. Cette passiflore est une liane devenue sauvage qui colonise les haies, les décombres, les ravines et les terrains en friche.

Elle est connue sous des noms très imagés mais le plus souvent dévalorisants. Aux Antilles, c'est la « Marie-goujat », ou le « bonbon couleuvre », alors qu'à La Réunion, on la dénomme, la passiflore « poc-poc », la « grenadille-caméléon », ou la « pomme-liane collante ». Le fruit est une baie comestible orange de la grosseur et de l'apparence du physalis à la pulpe translucide de saveur parfumée et douce. Il est consommé frais, mais il peut servir à confectionner des jus et des glaces. La passiflore foetida est une protocarnivore, capable de piéger les insectes dans les filets collants de ses bractées, mais sans les digérer ni les assimiler.



L'abiu

Pouteria caimito

Présentant une multitude de formes, tous les abius se caractérisent par une peau lisse et dure, d'une belle couleur jaune d'or à maturité. Leur



pulpe est translucide et gélatineuse, d'une saveur délicate rappelant le flan au caramel. Ils sont consommés généralement frais, « à la coque », en offrant une source importante de calcium, de potassium

et de vitamines du groupe B. On peut évider la chair avec une cuillère pour la mélanger à des yaourts ou l'introduire dans une salade de fruits avec quelques gouttes de citron vert. Ils entrent également dans la préparation de sorbets avec du lait de coco et du sucre de canne.

Probablement né aux sources de l'Amazonie, l'abiu est bien présent dans les jardins brésiliens. L'arbre est de croissance rapide et d'une grande fertilité. Son bois dense et lourd est apprécié pour la construction.



La banane

Musa sapientum

Fruit magique, plante étonnante, la banane et le bananier ont depuis longtemps suscité la curiosité, la fascination et l'affection des hommes. C'est la banane-figue, la banane dessert, le fruit préféré des enfants et des sportifs. En Asie où le bananier serait né, les Sages mangeaient les fruits en s'abritant sous son feuillage d'où son nom latin attribué par les botanistes « *Musa sapientum* ».

C'est une herbe géante qui produit le régime de bananes fait de mains et de doigts. Le nom de banane semble dériver de l'arabe « banan » qui signifie doigt. Le « tronc » du bananier constitué de feuilles emboîtées les unes dans les autres ne produit qu'un seul régime avant de mourir, les bourgeons de la souche assurant la

pérennité de la plante. La banane originelle était immangeable car elle était remplie de graines. Mais depuis la préhistoire, les hommes ont peu à peu sélectionné cette plante pour obtenir aujourd'hui

ce fruit « parfait » que Colette qualifiait de « bon dieu en culotte de velours ». Bernardin de Saint-Pierre, dans *Les harmonies de la Nature*, observera que dans ce fruit sont réunis le beurre, le sucre, le vin et la farine. Ce fruit est devenu très important sur le plan économique ; c'est même le quatrième fruit cultivé dans le monde après le raisin, les agrumes et la pomme. La banane s'est développée sur le plan commercial lorsque l'on a réussi à maîtriser le transport et la maturation du fruit avec la construction des « cargos-bananiers », faisant naître de gigantesques compagnies, des « républiques bananières » et souvent de fortes tensions devant l'enjeu économique. Lors de son arrivée en France au début du 20ème siècle, Joséphine Baker a participé à la popularité de ce fruit en se faisant un pague avec seize fruits et en chantant au Théâtre des Champs-Élysées en 1926 : « Moi, j'aime les bananes parce qu'il n'y a pas d'os dedans ». La variété « Basjoo », qui résiste à de faibles gels, peut s'introduire dans nos jardins en y apportant une magnifique note exotique, mais les fruits qui arrivent difficilement à maturité ne sont pas comestibles.



Index

Index des noms communs et botaniques

A

Abiu – Pouteria caimito.....	46
Abricot des Antilles – Mammea americana.....	94
Acérola – Malpighia puniceifolia.....	198
Aki – Blighia sapida.....	36
Amande de Cayenne – Terminalia catappa.....	60
Ananas – Ananas comosus.....	154
Avocat – Persea americana.....	68

B

Banane – Musa sapientum.....	62
Banane plantain – Musa paradisiaca.....	76
Barbadine – Passiflora quadrangularis.....	212
Bilimbi – Averrhoa bilimbi.....	20
Borojo – Borojoa patinoi.....	114
Bunchosia – Bunchosia armeniaca.....	96

C

Cacahuète – Arachis hypogaea.....	70
Cacao – Theobroma cacao.....	134
Cachiman – Annona reticulata.....	22
Caïmite – Chrysophyllum cainito.....	186

Calebasse – Lagenaria siceraria.....	98
Canistel – Pouteria campechiana.....	120
Carambole – Averrhoa carambola.....	110
Cérimon – Monstera deliciosa.....	104
Cerise de café – Coffea arabica.....	92
Cerise de Panama – Muntingia calabura.....	66
Châtaigne de Guyanne – Pachira aquatica.....	56
Châtaigne-pays – Artocarpus altilis.....	82
Chérimole – Annona cherimolia.....	218
Citron vert – Citrus aurantiifolia.....	126
Clou de girofle – Syzygium aromaticum.....	142
Coco des mers – Lodoicea maldivica.....	102
Coronille – Psidium friedrichstahlianum.....	28
Corossol – Annona muricata.....	146
Coton – Gossypium barbadense.....	176
Courbaril – Hymenaea courbaril.....	162
Curuba – Passiflora mollissima.....	190

D

Durian – Durio zibethinus.....	172
---------------------------------------	-----

F

Fruit de l’arbre à pain – Artocarpus altilis.....	150
Fruit de l’arbre à saucisses – Kigelia africana.....	144
Fruit de la passion – Passiflora edulis.....	170

Fruit du baobab – Adansonia digitata.....	12
Fruit du cactus cierge – Cereus hildmannianus.....	168
Fruit du lotus – Nelumbo nucifera.....	88
Fruit du pandanus – Pandanus tectorius.....	116
Fruit miracle – Synsepalum dulcificum.....	26

G

Gombo – Abelmoschus esculentus.....	122
Goyave – Psidium guajava.....	54
Goyave-fraise – Psidium cattleianum.....	14
Guajilote – Parmentiera edulis.....	52

I

Icaque – Chrysobalanus icaco.....	30
--	----

J

Jaboticaba – Myrciaria cauliflora.....	24
Jacque – Artocarpus heterophyllus.....	196
Jambose – Syzygium javanica.....	140
Jamelac – Syzygium malaccense.....	72

K

Kaki noir – Diospyros digyna.....	160
Kiwano – Cucumis metulifer.....	138

L

Litchi – Litchi sinensis.....	192
Longane – Nephelium longan.....	50
Louffa – Luffa aegyptiaca.....	130

M

Mabolo – Diospyros blancoi.....	10
Mahogany – Swietenia macrophylla.....	108
Mangoustan – Garcinia mangostana.....	178
Mangue – Mangifera indica.....	206
Margose – Momordica charantia.....	164

N

Noix d’Arec – Areca catechu.....	128
Noix de Bancoul – Aleurites moluccana.....	174
Noix de cajou – Anacardium occidentale.....	182
Noix de coco – Cocos nucifera.....	124
Noix de cola – Cola nitida.....	156
Noix de muscade – Myristica fragans.....	148
Nono – Morinda citrifolia.....	166

P

Palmier à huile – Elaeis guineensis.....	184
Palmier nypa – Nypa fruticans.....	40
Pamplemousse – Citrus maxima.....	132
Papaye – Carica papaya.....	38
Pejibaye – Bactris gasipaes.....	32
Piment – Capsicum frutescens.....	220
Pitanga – Eugenia uniflora.....	112
Pitaya – Hylocerus undatus.....	100
Poc-Poc – Passiflora foetida.....	42
Pois d’Angole – Cajanus cajan.....	188
Poivre – Piper nigrum.....	194
Pomme cannelle – Annona squamosa.....	80
Pomme-cythère – Spondias dulcis.....	86
Pomme éléphant – Dillenia indica.....	210
Pomme merveille – Momordica cochinchinensis.....	34
Prune café – Flacourtia jangomas.....	152

R	
Raisin de mer – <i>Coccoloba uvifera</i>	78
Ramboutan – <i>Nephelium lappaceum</i>	158
Rheedia – <i>Rheedia edulis</i>	202
Riz – <i>Oryza sativa</i>	204
Rocou – <i>Bixa orellana</i>	106
Rollinia – <i>Rollinia deliciosa</i>	64
Roselle – <i>Hibiscus sabdariffa</i>	84

S	
Salak – <i>Salacca zalacca</i>	200
Santol – <i>Sandoricum koetjape</i>	16
Sapote – <i>Pouteria sapota</i>	18
Sapotille – <i>Manilkara zapota</i>	74
Soja – <i>Glycine max</i>	222
Surette – <i>Phyllanthus acidus</i>	208
Syzygium – <i>Syzygium australe</i>	214

T	
Tamarillo – <i>Cyphomandra betacea</i>	58
Tamarin – <i>Tamarindus indica</i>	118
Tamarin des Indes – <i>Vangueria edulis</i>	216

V	
Vanille – <i>Vanilla planifolia</i>	44

