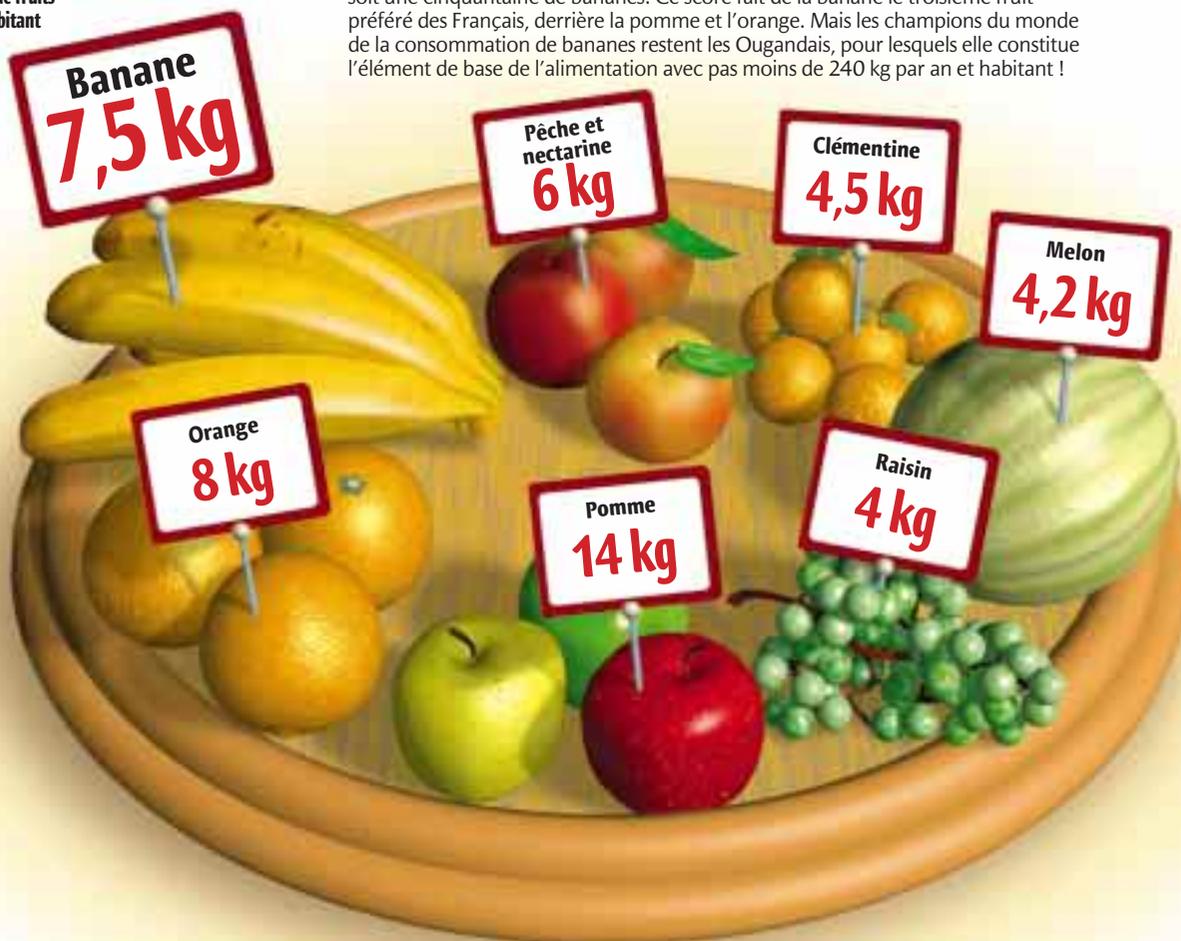


La banane à plein régime

La banane figure parmi les plus importantes cultures vivrières au monde, après le riz, le blé et le maïs. Elle se consomme comme aliment de base dans de nombreux pays tropicaux pour ses qualités nutritionnelles. Il en existe plus de 1 000 variétés dont quelques-unes seulement arrivent sur nos étals. La banane suit tout un parcours à découvrir en pages centrales de ce dossier.

Consommation de fruits par an et par habitant

Source : CITL (chiffres 2000)



Le troisième fruit préféré des Français

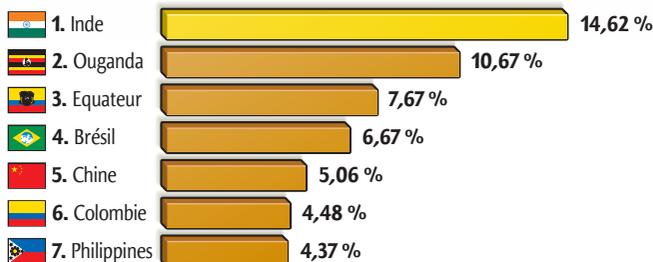
Nous consommons en moyenne 7,5 kg de bananes par an et par habitant, soit une cinquantaine de bananes. Ce score fait de la banane le troisième fruit préféré des Français, derrière la pomme et l'orange. Mais les champions du monde de la consommation de bananes restent les Ougandais, pour lesquels elle constitue l'élément de base de l'alimentation avec pas moins de 240 kg par an et par habitant !

La production mondiale de banane

95 millions de tonnes de bananes ont été récoltées dans le monde en 2000. Cette production se répartit assez équitablement entre l'Amérique latine, l'Asie et l'Afrique et surtout à la consommation locale.

Principaux pays producteurs de banane en 2000, en %

Total Monde : 95 097 187 tonnes



source : FAO, Inibap

D'où viennent les bananes que nous mangeons en France ?

Les Français consomment en moyenne 560 000 tonnes de bananes dessert par an, qui proviennent surtout des Antilles, mais aussi d'Afrique de l'Ouest.

Répartition des volumes par origine

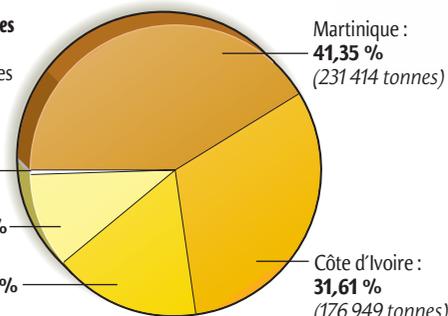
Total : 559 698 tonnes

Autres : 0,18 %
(dont Colombie, Costa Rica, Mexique,

Cameroun : 10,53 %
(58 947 tonnes)

Guadeloupe : 16,33 %
(91 411 tonnes)

Source : ODEADOM (chiffres 2001)



Il faut compter environ **Les tribulations de la banane martiniquaise**

9 mois entre la plantation du bananier et la récolte de son régime unique. Cueillies encore vertes, les bananes vont traverser l'Atlantique et subir un ultime séjour dans des mûrseries avant d'arriver, un mois plus tard, sur les étals des rayons fruits et légumes.

Une culture sous surveillance
Le bananier compte de nombreux ennemis : insectes, champignons, virus, bactéries...
 Des traitements insecticides et fongicides sont appliqués à la plante pour la protéger. Il existe des moyens plus naturels pour limiter ces traitements : rotation culturale, jachère, lutte biologique, élimination des feuilles contaminées, mais aussi ablation précoce du bourgeon mâle et engainage des régimes dans des bâches plastiques. C'est dans cet esprit qu'a été créée une filière de bananes Carrefour Bio, garantie sans utilisation de pesticides ni d'engrais de synthèse.

1 La récolte, ou fanaison.

La culture de la banane nécessite un climat tropical avec une hygrométrie élevée et un bon ensoleillement. La récolte a lieu tout au long de l'année. Deux hommes sont requis pour prélever le régime : le coupeur, qui sectionne à l'aide d'une machette la hampe florale, et le cueilleur qui reçoit le régime sur un plateau matelassé.



2 Le premier transport.

Les régimes récoltés sont transportés vers la station d'emballage sur leur plateau rigide ou, dans certaines plantations, suspendus à un câble. Ce transport constitue une opération délicate car il faut éviter tout choc ou frottement préjudiciable à la qualité du fruit.



3 Le dépaquetage.

Après le déchargement, on procède à l'épistillage (section de la fleur mâle qui pend à l'extrémité du régime) puis au dépaquetage. Cette opération consiste à détacher de la hampe centrale les différentes mains du régime, puis à les séparer pour obtenir des bouquets de 4 à 6 fruits.



4 Le lavage. Les bouquets sont alors plongés dans de grands bacs pour être lavés, puis rincés et traités contre les champignons. Ainsi, les fruits se conserveront sans dommage pendant le transport.



Le bananier n'est pas un arbre mais une herbe géante, dont le pseudo-tronc peut atteindre 15 m de hauteur !

À maturité, le régime, unique, pèse en moyenne 25 kg et contient 200 à 300 bananes disposées en plusieurs rangées, appelées "mains".

Le bananier produit dans sa vie une trentaine de feuilles, qui mesurent environ 60 cm de large et 3 m de long.

La popote, ou bourgeon mâle, pend à l'extrémité de la hampe florale qui supporte le régime.

Les différentes étapes de la croissance de la plante

1. La pousse

La plante pousse en émettant des feuilles qui progressent à l'intérieur du tronc avant de se déployer au centre de la couronne foliaire.



2. L'induction florale

Lorsque le bananier atteint la taille adulte, une tige émerge à son sommet. Elle porte à son extrémité une inflorescence qui se développe, grossit. C'est la jetée.



3. Le bourgeon

L'inflorescence se recourbe vers le sol et le bourgeon mâle - encore appelé "popote" - composé de spathe violacées, pend à la verticale.



5. Les fruits

Les fleurs femelles se dessèchent tandis que leurs ovaires se développent et se transforment en fruits, ou "doigts", qui se redressent vers le ciel en quête de lumière. Le régime de banane prend alors sa forme définitive.



4. Les fleurs

Les spathe se soulèvent les unes après les autres, se replient et tombent en laissant apparaître les fleurs. Les fleurs femelles apparaissent les premières, suivies de fleurs mâles, qui dégénèrent rapidement.



Après la récolte du régime, le bananier meurt. Mais il a émis auparavant un ou plusieurs rejets latéraux qui prennent le relais pour un nouveau cycle de vie.

8 La distribution. Les bananes mûries à la demande sont acheminées vers les plates-formes de distribution, d'où elles sont réparties entre les différents points de vente. Un mois s'est écoulé entre la récolte du régime et l'arrivée des fruits sur les étals.



7 Le mûrissage. Arrivées encore vertes au Havre, à Marseille ou à Port-Vendres, les bananes sont transportées vers des mûrseries sur tout le territoire français. Elles y séjournent 4 à 5 jours. Le processus de mûrissement se déclenche par diffusion d'éthylène et augmentation progressive de la température de 13 à 17 °C. Pendant cette phase, l'amidon contenu dans le fruit se transforme en sucre et la banane prend sa couleur jaune.



6 Le transport maritime.

Les bananes traversent l'Atlantique en une dizaine de jours à bord de navires porte-conteneurs réfrigérés qui assurent une liaison hebdomadaire entre les Antilles et la France. Pour éviter leur mûrissement, les fruits sont maintenus à une température comprise entre 12 et 14 °C. La mise au froid peut être effectuée dès la station d'emballage, sur le port, ou directement à bord.



5 Le conditionnement. Les bananes sont ensuite triées, calibrées, puis emballées dans des cartons. Cette phase requiert une très grande attention pour éviter de blesser les fruits. Les cartons sont alors pesés, puis disposés dans des camions pour rejoindre les ports d'embarquement.



Les atouts santé de la banane

Fruit sain et particulièrement énergétique, la banane répond bien aux besoins des enfants et des sportifs. Mais ses qualités ne s'arrêtent pas là !

Tonique. Excellent apport en glucides (23 g de glucides pour 100 g de fruit), la banane facilite la récupération après l'effort. Elle est aussi riche en vitamines A, B et C, en calcium, potassium, phosphore, fer et magnésium.

Diététique. Contrairement aux idées reçues, la banane ne fait pas grossir, car elle est très pauvre en matières grasses (0,5 g pour 100 g). En fait, 100 g de bananes contiennent autant de calories que 100 g de yaourt aux fruits (environ 90 kcal).

Digeste. Riche en fibres, la banane facilite le transit intestinal. Très mûre, elle a même des vertus laxatives.

Adoucissante. La banane possède aussi des vertus apaisantes pour la peau. Ainsi, pour atténuer la douleur causée par une brûlure, vous pouvez appliquer dessus la face interne d'une lamelle de pelure de banane.

Les différentes variétés de bananes

Il y a plus de 1000 variétés de bananes. Toutes ne se mangent pas. Les bananes cultivées se divisent en deux grands sous-groupes : celui des bananes douces ou bananes "dessert" et celui des bananes à cuire.



Cavendish

Banane dessert, la plus courante sur nos étals. Fruit assez sucré, mesurant 15 à 17 cm. Provenance : Antilles, Amérique centrale, Canaries.



Figue pomme

Banane dessert, exotique. Fruit très rond, très sucré, à la saveur très relevée. Peu importé en France car trop fragile. Provenance : Antilles.



Poyo

Banane dessert, très répandue. Fruit sucré, assez long (18 cm). Provenance : Antilles, Côte d'Ivoire, Cameroun.



Banane rose

Banane dessert, exotique. Fruit moyen, à peau rouge-rose et chair blanche très parfumée. Provenance : Afrique, Antilles, Amérique du Sud.



Freyssinette

Banane dessert, exotique. Fruit très sucré, de toute petite taille (8 à 10 cm), bien adapté aux enfants. Provenance : Colombie, Mexique.



Plantain

Banane à cuire, consommée bouillie ou en friture. Fruit long et oval, à chair fibreuse et très sèche, non sucrée. Provenance : Costa Rica, Equateur, Colombie, Martinique, Côte d'Ivoire.

Le bananier, un arbre ressource

La banane n'est pas la seule partie utilisable du bananier. De la feuille aux pousses, en passant par le pseudo-tronc, rien ne se perd, tout se transforme !

Les pousses. Très prisées en Asie, elles se consomment en salade comme des cœurs de palmiers.

Les feuilles servent de matériau de couverture pour le toit des habitations. Elles peuvent aussi s'utiliser comme assiettes, en cuisine pour réaliser des papillotes, ou encore dans les compositions florales.



Le pseudo-tronc est utilisé pour nourrir le bétail mais aussi pour construire des barrages. Ses fibres servent à fabriquer des filets de pêches, des chapeaux, et divers accessoires (chaussures, sacs, serre-tête...)

Le fruit se consomme cru en dessert ou cuit comme plat principal (banane plantain). Séché, il peut être transformé en farine. Il existe aussi des préparations originales : ketchup de banane, alcool de banane, bière de banane...

Pour en savoir plus

Internet : www.banane-martinique.com ; www.saveurs.sympatico.ca ; www.inibap.org ; www.fao.org ; www.cirad.fr

Sources : Pomona, Inibap (Réseau international pour l'amélioration de la banane et de la banane plantain), CIRAD (Centre de coopération internationale en recherche agronomique pour le développement)