



Ambrevade

Cajanus cajan

- Plantes alimentaires
- Légumes

L'ambrevade ou pois d'Angole est une plante rustique, facile à cultiver, appréciée pour ces pois comestibles, riches en protéines, qui se consomment comme des lentilles.



Identité

Nom scientifique
Cajanus cajan

Famille
Fabaceae

Statut Biogéographique
Plante introduite cultivée

Origine géographique
Inde

Distribution géographique
Pays intertropicaux

Noms Kanak
Bona (Drehu)

Autres noms communs
**Pois d'Angole,
Haricot bona,
Pigeon pea (anglais),
Cajan**

Description

Type de plante
Arbuste

Feuillage
Caducue

Durée de vie
Bisannuelle

Hauteur à maturité
Entre 2 et 5 m

Largeur à maturité
Entre 50 cm et 2 m

Système racinaire
Développé

Conduite culturale

Multiplication
Bouturage, Semis

Où planter ?
Pleine terre

Type de sol
Sol drainant, Tous types

Densité

Productivité
0,5 à 2 t/ha/an

Pollinisation
Par les insectes

Croissance
Rapide

Entretien / Soins
Facile

Exposition au soleil
Soleil

Besoin en eau

Résistance à la sécheresse

Santé

Résistance aux ravageurs

Résistance aux maladies

Principaux ravageurs

Principales maladies

Usage & vertus

Alimentation
Cuisiné

Vertus
**Riche en protéines,
Antidouleur**

Autre usage
Médecine naturelle

Saisonnalité

| | | | | | | | | | | | | |
|-----------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Floraison | J | F | M | A | M | J | J | A | S | O | N | D |
| Fruits | J | F | M | A | M | J | J | A | S | O | N | D |
| Taille | J | F | M | A | M | J | J | A | S | O | N | D |



*Pois d'Angole (Ambrevade) © S.C.
Mahato, Istock*

Généralités

L'ambrevade *Cajanus cajan*, appelé également pois d'Angole, est une légumineuse tropicale et subtropicale qui appartient à la famille des **Fabacées**.

C'est un arbuste buissonnant, couramment cultivé pour son fourrage et pour ses **graines comestibles riches en protéines**. Le pois d'Angole est une plante rustique et **adaptée à la sécheresse**, ce qui lui donne un intérêt particulier pour la sécurité alimentaire en période sèche. Elle peut être cultivée pour la production de semences, la production de fourrage ou les deux.

L'ambrevade est une plante cultivée depuis au moins 3000 ans (1), originaire soit de l'Afrique du Nord-Est, mais plus certainement d'Inde du fait de la variabilité génétique naturelle et des parents sauvages présents dans le pays. Depuis l'Inde, elle a accompagné les migrations humaines. Elle a été transportée en Asie par la Syrie, a gagné la côte Est de l'Afrique tropicale grâce aux anciens Égyptiens.

D'abord introduite en Australie, elle se répand plus tard dans le Pacifique (2) et rentre en Nouvelle-Calédonie à l'ère européenne où elle déjà très présente dans les années 1850 (3). Facile à cultiver, elle est connue sur le territoire sous le nom de **haricot bona**. Elle est aujourd'hui complètement intégrée au sein des jardins traditionnels.

Usages et vertus

Qualités nutritionnelles

Les graines d'Ambrevade sont une source de protéines et d'énergie intéressantes. Elle possède également d'importantes teneurs en potassium, phosphore et magnésium ainsi qu'en vitamine B1, B2, B3, B5.

Tableau 1. Composition pour 100 g de graines d'Ambrevade crues. **Source USD**
A

| | |
|-----------------------------------|----------|
| Énergie | 343 kcal |
| Eau | 10,6 g |
| Protéines | 21,7 g |
| Glucides | 62,8 g |
| Lipides | 1,5 g |
| Fibres | 15 g |
| Calcium | 130 mg |
| Fer | 5,2 mg |
| Magnésium | 183 mg |
| Phosphore | 367 mg |
| Potassium | 1390 mg |
| Sodium | 17 mg |
| Vitamine B1 (thiamine) | 0,643 mg |
| Vitamine B2 (Riboflavine) | 0,187 mg |
| Vitamine B3 (Niacine) | 2,96 mg |
| Vitamine B5 (acide pantothénique) | 1,27 mg |
| Vitamine C | 0 mg |

Usages alimentaires et préparations culinaires

Après les avoir écosées, les graines de l'ambrevade peuvent être consommées fraîches ou sèches après une cuisson à la vapeur ou en bouillon. Elles sont cuisinées comme les petits pois ou les lentilles de diverses manières :

- bouillies à l'eau ou à la vapeur
- en soupe avec d'autres légumes
- sautées avec d'autres légumes et/ou de la viande
- en plat mijotées avec un petit salé par exemple
- grillées dans leur gousse
- mixées et préparées en houmous par exemple
- Les graines crues sont aussi consommées soit fraîches en salade, soit sèches en farine après broyage



Il est recommandé de mettre les graines à tremper la veille dans un saladier d'eau froide. L'ambrevade est parfaite pour les **régimes végétariens**.

Découvrez de délicieuses recettes dans **Récoltes du Caillou**.

Dans certains pays, on consomme les feuilles et les jeunes gousses vertes (2).

Vertus médicinales (4)

- Feuilles : une décoction de feuilles en bain de bouche sert à soulager les **douleurs dentaires**.
- Le jus de feuilles macéré appliqué sur la peau traite les **démangeaisons**.
- Graines et fleurs en infusion sont **diurétiques**

Autres usages

- **Alimentation animale** : cuites et broyées, les graines d'ambrevade sont mélangées à des portions alimentaires pour nourrir les animaux d'élevage avec la proportion suivante : 15% chez le porc et 20-25% chez le poulet (5) ;
- Feuilles et gousses utilisées en **foufrage** riche en protéines pour les chevaux et le bétail (2). Exploitation en pâture tous les 2-3 mois dès que la plante est adulte. Productivité à chaque coupe de 1,5 à 3,5 de matières sèches/ha avec une valeur azotée de 100-120 g MAD/kg de MS.
- En haie **brise-vent** ou pour **lutter contre l'érosion des sols** (1) ;
- Ombrage
- Culture de couverture,
- **Engrais vert**, amendement naturel du sol en azote (1).

Description de la plante

Allure

- Arbuste érigé pouvant atteindre 4 m de hauteur
- Buissonnant

Fleurs

- Fleurs bisexuées, autogames non stricte
- Couleur jaune parfois teintées de rouge ou de violet
- 2 à 2,5 cm de longueur
- Groupées à l'apex des branches



Ambrevade, fleurs à Boulouparis © C. Fossier, ASPNC

Feuilles

- Le pétiole se termine par 3 feuilles (trifoliolée)
- 5-10 cm de long et 2-4 cm de large
- Feuille avec une forme lancéolée (allongée) avec une pointe fine à l'extrémité
- Légèrement duveteuses
- Couleur verte dessus et argentées dessous
- Pétiole marqué par un sillon

Fruits

- Gousse brunâtre, aplatie et pointue au bout
- 5 à 9 cm de long et 1,2 cm de large
- 2 à 8 graines dans une gousse

- Gousse avec une dépression entre les graines



Ambrevade, fruits, Boulouparis © C. Fossier, ASPNC

Graines

- Arrondies ou un peu carrées
- Taille et couleur variable : verte, brune, rouge, oranges, crème.

Racines

- pivotantes et profondes (jusqu'à 2 m)
- possèdent des nodosités fixatrices d'azote en symbiose avec des bactéries du sol appelées *Rhizobia*.



Ambrevade, graines (Mont Dore) A. Lehy / ASPNC



Saisonnalité

- Floraison : **avril à décembre**
- Fructification : production abondante d'**août à novembre**
- Semis : d'**octobre à janvier** de préférence pour de meilleurs résultats.

Variétés et cultivars

Il existe localement de nombreux cultivars qui se distinguent par la hauteur de la plante, leur allure, la couleur des fleurs, le nombre de graines par gousse, la couleur des graines et leur goût.

Selon les cultivars, les fruits arrivent à maturité entre 5 à 12 mois.

Reproduction et multiplication

La méthode la plus courante est le **semis** à partir de semences récoltées à pleine maturité des gousses.

Exigence, plantation, entretien

L'ambrevade est un arbuste **facile à cultiver** qui a peu d'exigences. C'est une plante **pérenne** souvent cultivée de façon **annuelle** ou **bisannuelle** (cycle de vie sur 2 ans).

Exigences environnementales

- Très tolérant à la chaleur
- Sensible aux embruns

Sol et plantation

- **Tout type de sol** à condition qu'il soit **bien drainé**
- Tolère mal la salinité des sols
- Sols sableux : pas besoin d'une préparation particulière du sol
- Sols lourds : labourer le sol
- Semis : **5 à 10 kg de graines par hectare**, en ligne, par paquet de 2 à 4 graines, écartement de 1m entre les lignes et 50 cm sur la ligne.
- Sarclage : 15 jours après le semis
- Un hectare de sol peut fixer chaque année 40 à 100 kg d'azote en Afrique et jusqu'à 235 kg en Floride.
- Association possible avec d'autres cultures vivrières (sorgho ou maïs)

Eau et irrigation

- 300 à 2000 mm de pluviométrie par an
- Forte résistance à la sécheresse
- Ne supporte pas les inondations

Récolte et conservation

- Commencez la récolte **lorsque 75% des gousses sont brunes**.
- Récoltez les graines à la main pendant la saison sèche, de octobre à décembre, en plusieurs passages.
- Dans les grandes exploitations, il est possible d'utiliser une moissonneuse-batteuse si les plantes sont à un stade de maturité uniforme et ont une taille homogène.

Rendements

- De 0,5 à 2 t/ha
- Dans certaines régions très productives (Inde, Indonésie) : 3 à 5

t/ha

Conservation

- Les graines peuvent être conservées **plusieurs mois** dans un bocal en verre.

Soutien à la réalisation de cette fiche

Cette fiche a été réalisée grâce au soutien financier de l'**Agence rurale** dans le cadre de son appui au développement de la filière « **Plantes comestibles, fruits et légumes de diversification** ».

L'Agence rurale et l'**Institut agronomique néo-calédonien** ont signé une **convention de partenariat en juin 2024 pour la réalisation et intégration d'une trentaine de fiches techniques variétales dans Agripedia**. L'objectif est ainsi de contribuer à l'amélioration de la couverture alimentaire du pays en proposant des produits locaux originaux, de qualités nutritionnelles et environnementales remarquables et adaptés aux conditions pédoclimatiques de la Nouvelle-Calédonie.

L'équipe d'Agripedia et l'IAC remercie l'Agence rurale pour ce précieux soutien !

En savoir plus sur le mécénat GOLD.



Logos du partenariat "Plantes utiles"



Auteurs

Publié : Septembre 2024

Rédaction de la fiche

- Estelle Bonnet-Vidal ([Lincks, communication et partage des savoirs](#))

Relecture

- Nadia Robert (IAC)

Citation bibliographique recommandée

Agripédia. Fiche technique "**Ambrevade**" [En ligne] (consulté le jour/mois/année)

Voir également [FAQ "Comment citer cette référence bibliographique ?"](#)

Sources

- (1) Heuzé V., Thiollet H., Tran G., Delagarde R., Bastianelli D., Lebas F., 2016. **Pigeon pea (*Cajanus cajan*) seeds**. Feedipedia, a programme by INRA, CIRAD, AFZ and FAO. <http://www.feedipedia.org/node/329> Last updated on October 3, 2016, 17:35
- (2) Walter A., Lebot V., 2003. **Cajanus Cajan**. Jardins d'océanie. IRD Éditions p121-122
- (3) Massal E. et Barrau J., 1956. **Plantes alimentaires du Pacifique Sud**. Commission du Pacifique Sud. Document technique 94. Nouméa.
- (4) Bourret D., Boeglen H. (ill.) 1981. **Bonnes plantes de Nouvelle-Calédonie et des Loyauté**. Nouméa, Les éditions du lagon. p. 107.
- (5) Grimaud P., 1988. **La graine d'Ambrevade (*Cajanus Cajan*), une solution possible pour l'élevage traditionnel des monogastriques en Nouvelle-Calédonie**. Revue d'élevage et de médecine vétérinaire de Nouvelle-Calédonie (11) : p. 29-36. [LIEN](#)
- (6) Collectif 2023. **Le pois d'Angole**. Mémento de l'agronome. Cirad, Gret, Ministère des affaires étrangères (France). Éditions Quae p 1151.



Nadia ROBERT
 Institut agronomique néo-calédonien (IAC)
 28/03/2023
<http://www.iac.nc>

