

CEREALES et GRAINES

Amérique

HISTOIRE



Le maïs : Les civilisations indiennes effectuent la domestication d'une plante sauvage, la Téosinte, sur les hauts plateaux du Mexique 7000 ans av J.C. Sa culture est commune aux peuples Mayas, Aztèques et Incas. Il est considéré comme sacré : Le dieu du Maïs est une des grandes divinités de la religion maya. La culture du maïs se répand graduellement vers le nord, jusqu'au Canada, et vers le sud dans les Andes. La 1ère introduction du maïs en Europe est certainement due à Christophe Colomb ; les colons le nomment «blé d'Inde».



Le quinoa : Originaire de Bolivie (Altiplano andin), c'est une des rares plantes à pouvoir survivre dans ce milieu inhospitalier. La domestication du quinoa s'est faite avec celle du lama, il y a 7000ans, plante et animal vivant en mutuelle dépendance. Le sol enrichi par le fumier des animaux constitue un milieu idéal pour la germination des graines de quinoa non digérées : ainsi, la plante pousse rapidement et donne d'excellents rendements.



Les Incas l'appellent «plante mère », la cultivent comme une plante sacrée et lui accordent des vertus particulières.

Le quinoa est un des légumes de base de l'alimentation des populations locales à l'arrivée des Espagnols ; ceux-ci considérant ce grain avec mépris (écorce amère et farine sans gluten) en interdisent la culture qui périclité et ne persiste que dans les endroits incultes.

L'amarante : On en retrouve les 1^{ères} traces 12000 ans av J.C. dans les Andes péruviennes entre 2500 m et 4000 m d'altitude.



Les civilisations Aztèques, Mayas et Incas la considèrent comme une plante sacrée. Elle fait partie intégrante :

- de leur alimentation, ils consomment les grains (en farine, ou grillés et éclatés), le feuillage et les tiges (en légume).
- mais aussi des cérémonies religieuses comme symbole de l'immortalité.



Sa culture est abandonnée après l'arrivée des Espagnols en Amérique du Sud. Plante décorative dans nos régions, elle jouit d'un regain de popularité. Elle est vendue dans les magasins d'aliments diététiques sous le nom de « *kiwicha* ».

Le tournesol : Les amérindiens ont consommé le tournesol sauvage depuis 8.000 ans : (graines réduites en poudre ou ajoutées aux plats, et huile).

Les Incas qui vénéraient la fleur, devenue leur emblème royal, lui attribuaient des propriétés magiques, en raison de sa perfection géométrique.

Les Conquistadors ont découvert cette fleur au Mexique et au Pérou ; et l'ont rapportée en Europe vers le milieu du 16^{ème} s.



Le haricot :

Domestiqué au Pérou (7000avJC - petits et moyens grains) et au Mexique (4000av JC – gros grains), à la fin du 15^{ème} s., le haricot est cultivé du Nord au Sud de l'Amérique, depuis 6 à 8000 ans. Découvert par Christophe Colomb en 1492, il arrive très vite en Europe, passant par Séville, puis Rome, en France en 1533.

