

CEREALES

Origine Afrique

SORGHO *Sorghum bicolor* - Poacées

Plante herbacée annuelle de 1 à 6m de haut. en épillets.



Grains de couleurs variées (blanc, jaune pâle à brun rouge), partiellement couverts de grumes (4 à 8 mm de Ø). Poids variable : 1000 grains pèsent entre 3 et 80g, mais le + souvent 25 à 30g.

Il est consommé sous différentes formes : graines cuites, farine, sirop.

Le sorgho est la 5ème céréale mondiale, après le maïs, le riz, le blé et l'orge.



FONIO *Digitaria exilis* - Poacées



Plante herbacée annuelle (60 cm de h. au maximum), cultivée pour ses graines.

La graine, très petite (2000graines=1gramme), doit être décortiquée.

Il se consomme sous plusieurs formes : couscous, bouillie, boulettes, beignets, pain.

Le fonio est une céréale marginale à cause de la petitesse de ses grains.



MILLET *panicum milliaceum*. - Poacées

Plante herbacée annuelle (0,3 à 1,3m de h.) ; panicule dense, ramifiée, retombante portant des graines de couleurs variées, allant du sombre au clair (175 graines = 1g).

Il se consomme cuit comme le riz, ou réduit en farine (pour bouillies, galettes, ou mélangée au blé

pour du pain) ou constitue une nourriture très appréciée des oiseaux. Le millet est une céréale vivrière sans gluten

