

REPORTAGE

Par Aziz Alaoui

Les petits secrets de l'Arganier

L'arganier est un arbre mythique présent seulement au Sud Ouest du Maroc et nulle part ailleurs. Il ne peut vivre sans les vents chauds du Sahara, sans la fine brume de l'océan Atlantique, sans une humidité spéciale et non loin des sommets enneigés de l'Atlas.

Produite à partir des fruits de l'arganier, l'huile d'argan symbolise l'identité et le savoir-faire berbère au Maroc. C'est aussi une huile comestible en plus de servir aux soins de la peau et du corps. Elle est très caractéristique pour son goût de noisette et arôme exotique. Elle relève le goût et parfume :

Les mets végétariens, orientaux
Légumes poivron, tomate, salade verte, courgette, patate douce...

Mets mijotés : poissons, fruits de mer (saumon, truite, turbot, crevettes, homard)

Couscous spaghettis et autres pâtes

Riz aux légumes

Plat de légumes secs : lentilles, haricot verts ou blanc, pois chiche

Oeufs au plat

Pain et crêpes

La préparation de l'huile d'argan demande un travail considérable : il faut d'abord ramasser les fruits, dans les zones arides voire désertiques où poussent les arganiers, concasser ces fruits pour récupérer l'amande, puis presser les amandes et filtrer le jus ainsi obtenu. La dureté de la tâche, les longues heures de travail et la rareté du produit expliquent le coût souvent élevé de l'huile d'argan.

Les vertus de l'huile d'argan

Il existe deux types d'huile d'argan :

-1° L'huile issue d'amandons légèrement torréfiés avant le passage :

elle relève le goût et parfume les salades, les légu-

mes, les mets mijotés (poissons), couscous, spaghettis, riz, œufs...

-2° L'huile issue d'amandons pressés naturellement, la torréfaction en moins :

elle est utilisée par les femmes pour les soins corporels et capillaires

De son côté la médecine traditionnelle a recours très souvent à cette huile pour soigner les séquelles laissées par la varicelle ou l'acné juvénile.



Riche en vitamine E, l'huile d'argan redynamise la peau. Elle agit contre le dessèchement et le vieillissement de la peau en augmentant les apports nutritifs au niveau des cellules.

Cette huile nourrissante peut être utilisée tous les jours pour venir en aide aux peaux sèches et déshydratées. Son pouvoir est magique en cas de perte d'élasticité de la peau. Produit de soin complet, l'huile d'argan a des propriétés nutritives, protectrices et adoucissantes qui

régénèrent les cheveux ternes et cassants. Au fur et à mesure des applications, les cheveux gagnent en santé, brillance et éclat. En outre, l'huile d'argan fortifie les ongles mous, cassants et dédoublés.

Elle est utilisée pour le traitement des rhumatismes.

L'huile d'argan est avant tout utilisée dans l'alimentation. Son petit goût de noisette rehausse grandement la saveur des plats, dont le couscous, le poisson et les vinaigrettes. Frédéric Charrière, Chef au Neptune de Genève a dit : « *L'huile d'argan est très fine en bouche, avec ce goût délicat de noisette grillée, fantastique sur un couscous, un poisson ou un crustacé.* »

Selon les résultats de recherches scientifiques, l'huile d'argan a des propriétés nutritives et diététiques supérieures à celles de l'huile d'olive extra vierge. D'autre part, le % des acides gras polyinsaturés par rapport celui des acides gras saturés fait que l'huile d'argan est recommandée par les nutritionnistes. Cette huile protège même contre le mauvais cholestérol et l'artériosclérose (hypocholestérolémiante et antiathérogène).

Selon certaines études, le schotténol contenu dans l'huile d'argan aurait des propriétés anti-cancérogènes. Des chercheurs marocains affirment que la

consommation d'huile d'argan, avec sa composition chimique unique en acides gras insaturés, tocophérols, squalène, stérols et acides oléiques peut vraisemblablement rehausser les effets préventifs du cancer. Autre vertu de l'huile d'argan, elle est fortement recommandée pour la protection des maladies de cœur et la réduction de l'hypertension. Elle a des effets positifs sur le foie et facilite la digestion. En un mot, l'huile d'argan est pour nous comme une promesse de ne devoir rendre visite au médecin que le plus tard possible dans notre vie.

TÉMOIGNAGE

J'ai découvert l'huile d'argane et Arganium lors d'un récent séjour au Maroc. Je suis allée à la coopérative de Tamar, j'ai rencontré les femmes... et j'ai bien sûr acheté de l'huile.

J'avais lu un article de presse sur les propriétés cicatrisantes de cette huile. De retour en France, j'ai fait quelques pansements d'Arganiums sur un ulcère qui me faisait souffrir depuis 5 mois et sur lequel les traitements médicaux étaient sans résultat.

Je ne pourrais pas jurer que l'huile d'Argane en est l'unique cause, mais je peux vous assurer qu'en quelques jours, la "repousse du bourgeon" était net-

tement perceptible, et que ma plaie et ses douleurs ne sont plus qu'un souvenir.

Depuis je donne régulièrement cette info autour de moi...

Je vous remercie 1000 fois. J'ai acheté suffisamment de flacons pour quelques temps, mais mon armoire de toilette et mon armoire à pharmacie ne seront plus jamais vides de ce produit.

Jacqueline Beaurain - 1377 chemin des Gamots - 82410 t Etienne de Tulmont - France

Jacqueline Beaurain (France)

Où trouver l'huile d'Argan et Amlou

Montréal**Boutique virtuelle via Internet**

ARGAN 3 : <http://www.argan3.com>

Tel (514) 482 2079 – (514) 489 8440

Marché Méditerranée ,

5785 Chemin Côte des Neiges Montréal Québec H3S 1Y8

Tel (514) 341 1042

Québec**Le Temple des Âromes ,**

10 Grève Gilmour Lévis (Québec) G6V 7P8

