



www.africancashewalliance.com

Numéro 49

Novembre 2016

Dans le présent numéro

L'ACA participe au Golden Cashew Rendez-vous et propose une coopération bilatérale avec l'Association vietnamienne du cajou

INC : Cinq avantages de la consommation de noix et de fruits séchés

Le coin des recettes : Biscuits de cajou au sucre roux

L'ACA célèbre la Journée nationale des agriculteurs en décernant des prix aux agricultrices

Cette année, les célébrations de la Journée nationale des agriculteurs ont eu lieu le vendredi 4 novembre. L'événement de la Journée nationale des agriculteurs dans le district de Sawla-Tuna-Kalba s'est tenu avec le soutien de l'Alliance africaine du cajou. La célébration était prévue pour démarrer à 9 heures et le lieu était archicomble.

Parmi les participants, l'on dénombrait des chefs, des représentants de cinq différentes maisons de presse, des écoliers, des fonctionnaires, des commerçants, des membres d'organisations de la société civile, des représentants de cinq partis politiques et des producteurs agricoles et des pêcheurs. Une forte participation a vraiment été enregistrée lors de l'événement.

Les célébrations ont intégré une exposition de produits agricoles et agroindustriels ainsi qu'une cérémonie de remise de prix au cours de laquelle 40 prix ont été décernés aux agriculteurs. Au nombre des prix, figuraient des tricycles, motocyclettes, bicyclettes, nébulisateurs, feuilles de tôles, bottes en caoutchouc, sacs de jute, coutelas et moustiquaires, ainsi que d'autres articles. Les prix ont été répartis en vingt petits prix et en vingt grands prix. Les femmes ont remporté sept des grands prix dont trois ont été octroyés par l'ACA. Les prix décernés par l'ACA comprenaient un nébulisateur, trois paires de bottes en caoutchouc, trois coutelas, quatre scies à élaguer, un carton d'herbicide et deux pulvérisateurs à dos.

Dans leurs discours, le premier responsable du district (DCE) et le Directeur de district de l'agriculture ont remercié l'ACA pour avoir noué un partenariat avec eux en vue de faire en sorte que l'occasion soit couronnée de succès. Le DCE a souligné l'importance du fait que les prix de l'ACA ciblent les femmes et une industrie qui devient de plus en plus la source la plus fiable de revenus monétaires pour les familles agricoles dans le district. Chacune des femmes a reçu une ovation nourrie de la foule au moment où elles venaient recevoir leur prix.



Le président de la cérémonie a lancé un appel aux hommes du district, en leur demandant d'inclure les femmes dans le processus de développement, plus particulièrement en ce qui concerne les exploitations agricoles. Il a également demandé aux femmes du district de considérer les femmes récipiendaires comme des modèles de comportement auprès de qui elles peuvent tirer des enseignements.

La célébration fut un réel succès et l'ACA se réjouit de la perspective de la tenue de la cérémonie de l'année prochaine.



Your partner for a sustainable African cashew sector

Intersnack

Contact us at
cashew@intersnack-processing.com
www.intersnack.com

L'ACA participe au Golden Cashew Rendez-vous et propose une coopération bilatérale avec l'Association vietnamienne du cajou

L'Association vietnamienne du cajou (VINACAS) a officiellement invité l'Alliance africaine du cajou à participer au 8ème Golden Cashew Rendez-vous pour 2016 au Vietnam, du 10 au 13 novembre 2016, dans la ville de Da Nang, la troisième ville commerciale au Vietnam. Par conséquent, la semaine dernière, le Directeur général de l'ACA, Dr. Babafemi Oyewole s'est rendu au Vietnam en compagnie de M. Sunil Dahiya, Responsable en chef chargé des entreprises, pour représenter l'Alliance africaine du cajou à cet événement important de l'industrie. L'on dénombrait parmi les participants africains des délégations issues de la Côte d'Ivoire, du Bénin et du Nigéria, notamment l'AEC et le CCA de la Côte d'Ivoire, les membres du CONEC du Bénin ainsi que la NCAN du Nigeria qui étaient bien représentés. La VINACAS et les autorités vietnamiennes ont réservé un accueil chaleureux à l'Alliance africaine du cajou ainsi qu'aux délégués africains. Dr. Oyewole a prononcé un discours, en sa qualité de membre d'un panel sur les opportunités d'affaires potentielles de l'industrie mondiale du cajou pour les investisseurs vietnamiens et la coopération bilatérale avec la VINACAS lors du « Forum Vietnam – Afrique sur le cajou ». Entre temps, Dahiya a partagé les efforts et résultats récents de l'ACA par le biais d'un dialogue rapide avec GCC et INC et proposé une coopération potentielle pour la durabilité de l'industrie mondiale du cajou. Plus de 260 participants issus de l'Asie, de l'Afrique, de l'Amérique, de l'Australie, des EAU et de l'Europe ont pris part à l'événement.



Le 12 novembre 2016, VINACAS a présenté les machines et les produits dérivés du cajou, tant vietnamiens qu'étrangers, à travers une exposition sur le thème « l'Industrie du cajou du Vietnam : vers une production plus propre et verte ». L'exposition a démarré pour la première fois en 2015. Dr. Oyewole, M. Dahiya et les délégués africains ont participé à cet événement, en visitant divers stands d'équipementiers et de fabricants de produits à usage multiple dérivés du cajou afin de s'informer davantage sur les nouvelles machines, les innovations et les produits dérivés pour les reproduire en Afrique.

Le 15 novembre 2016, Dahiya a effectué une visite de terrain chez un transformateur membre de l'ACA établi au Nigeria grâce aux nouveaux investissements vietnamiens. Parmi les contributions, l'on a dénombré des conseils techniques sur l'expérience africaine et un appel lancé à leurs directeurs d'usines en les invitant à demeurer engagés auprès de l'ACA pour un développement équilibré de l'industrie sur tous les plans.

INC : Cinq avantages de la consommation de noix et de fruits secs

L'Organisation mondiale de la Santé (OMS) encourage la consommation de fruits, légumes, légumineuses, noix et céréales en quantité plus importante et, ce, en guise de recommandations spécifiques pour avoir une alimentation saine. Les noix ont été consommées pendant des milliers d'années, fournissant ainsi une source concentrée d'énergie et de nutriments, notamment les matières grasses insaturées, les fibres, les vitamines et les minéraux. En raison de leur profil nutritionnel intéressant, certaines études ont évalué l'impact que les noix ont sur la santé et ont observé une association inverse entre la fréquence de la consommation de noix et les maladies cardiovasculaires, le diabète de type 2 et la masse corporelle, entre autres problèmes de santé.

De même, les fruits secs classiques fournissent également des éléments nutritifs essentiels, tels que la fibre et le potassium et une large gamme de produits phytochimiques liés à la promotion de la santé et ayant une capacité antioxydante.

Les noix et fruits secs peuvent être consommés comme collation, servis sur les céréales, dans du yaourt, dans les salades et les pâtes, sans oublier leurs nombreux autres usages, et peuvent avoir des bienfaits importants sur notre santé.

Maladies cardiovasculaires

Les bienfaits des noix en rapport avec les maladies cardiovasculaires (MCV) ont été largement démontrés par des essais aussi bien épidémiologiques que cliniques.

Des études scientifiques ont clairement démontré que la consommation de noix a pour effet la réduction du taux de cholestérol, même dans le contexte d'une alimentation saine. Les maladies cardio-vasculaires constituent la première cause de décès au monde. Selon la Société internationale d'hypertension (SIH), l'élévation de la pression artérielle (hypertension) représente le principal facteur de risque de maladie cardiovasculaire et sa prévalence devrait considérablement augmenter au cours des années à venir. En fait, les cas d'hypertension devraient atteindre 1,56 milliard de personnes au monde d'ici à 2025. Les noix sont des aliments à faible teneur en sodium, ce qui induit un risque plus faible d'hypertension dans certaines études. Une étude de 2009 a fait observer que la consommation de noix était liée à un risque plus faible d'hypertension.

Une étude publiée en 2015 a relevé que la consommation de noix entraînait une baisse niveau de cholestérol total, de la LDL - le « mauvais » cholestérol - et des triglycérides. Il a également été affirmé que la consommation de noix, en général, plutôt que celle d'un type purement spécifique, constituait la principale raison de ladite diminution. Selon une autre étude, les noix pourraient améliorer la fonction endothéliale, diminuer à la fois le stress oxydatif et certains marqueurs d'inflammation, puis augmenter le flux de cholestérol.

Des études scientifiques menées sur les fruits secs et les facteurs de risque cardio-métabolique ont laissé penser qu'ils peuvent diminuer la réaction d'insuline postprandiale, moduler l'absorption de sucre (indice glycémique), favoriser la satiété et avoir un effet bénéfique sur la tension artérielle. Une étude de 2009 a fait remarquer que le simple fait de remplacer une collation malsaine par jour par des fruits, fruits secs ou noix non salées entraîne une réduction du risque cardiovasculaire et l'on estime que ce choix peut prévenir environ 6 000 cas de MCV par an au Royaume-Uni.

Contrôle du poids

Non seulement les noix ont des bienfaits nutritionnels, mais elles peuvent encore favoriser la satiété. Ceci est d'autant plus important que les taux d'obésité continuent de connaître une hausse dans toutes les nations développées. Il

est vrai, les noix ont une forte teneur énergétique ; toutefois, une étude de 2003 a révélé que la consommation de noix n'entraîne pas une augmentation de l'indice de masse corporelle chez les consommateurs par rapport aux non consommateurs.

Plusieurs éléments de preuve montrent que les noix ont des propriétés de satiété élevées. En fait, la consommation de noix sur le long terme entraîne une baisse de la prise de poids et du surpoids/de l'obésité.

Diabète de type 2

Le nombre de personnes souffrant de diabète est passé de 108 millions en 1980 à 422 millions en 2014, devenant ainsi un grave problème de santé publique. Certaines études ont cherché à découvrir l'effet de la consommation des noix et son lien avec le diabète. En particulier, une étude de PREDIMED menée en 2011 a révélé une réduction de l'incidence du diabète de 52 %, lorsque deux groupes ont été nourris avec des compléments alimentaires, notamment l'un avec de l'huile d'olive et l'autre avec 30 g de noix (1 once) par jour (un mélange de noix, d'amandes et de noisettes) ont été comparés avec le groupe témoin.

Certaines études laissent penser que la consommation de fruits secs est bénéfique pour les personnes atteintes de diabète. Une étude menée par le Centre de recherche sur le métabolisme et l'athérosclérose de Louisville a trouvé que la consommation de raisins comme alternative aux collations transformées entraînait une réduction significative de 23 % des niveaux de glucose post-prandiale.

Fonction gastro-intestinale

Les fruits secs sont des sources bien connues de fibres alimentaires qui ont une incidence directe sur la fonction gastro-intestinale. En fait, en 2013, les pruneaux ont fait l'objet d'une allégation de santé spécifique de l'UE en raison de leur contribution à la santé digestive. L'allégation de santé autorisée est libellée comme suit : « Les pruneaux/pruneaux séché(s) contribuent à une fonction intestinale normale ». La consommation quotidienne de 100 g de pruneaux (3,5 once, 8 -12 morceaux) procure l'effet d'une bonne santé digestive et fournit plus de 19 % d'apport quotidien de fibres recommandé.

Il existe également des preuves scientifiques qui suggèrent que les pruneaux peuvent améliorer la fréquence et la consistance des selles en cas de constipation.

Ostéoporose

L'ostéoporose est un trouble débilissant qui affecte à la fois les hommes et les femmes. L'on sait qu'à part les pharmacothérapies existantes, certains facteurs nutritionnels et liés au style de vie réduisent le risque d'ostéoporose. Parmi les facteurs nutritionnels, des observations récentes suggèrent que les pruneaux pourraient être efficaces à la fois dans la prévention et la compensation de la perte osseuse.

En outre, une étude de 2011 suggère que les pruneaux pourraient améliorer la densité minérale osseuse chez les femmes post-ménopausées.

À propos du Conseil international des noix et des fruits secs

Les membres du Conseil international des noix et des fruits secs comptent plus de 700 entreprises du secteur des noix et fruits secs issus de plus de 70 pays. L'INC est l'organisation internationale de référence en matière de santé, nutrition, statistiques, salubrité alimentaire, normes et réglementations internationales relatives aux noix et fruits secs.



Le coin des recettes : Biscuits de cajou au sucre roux



INSTRUCTIONS

1. Porter le four à une température de 350°.
2. Mélanger le sucre brun avec 1/2 tasse de beurre dans un bol. Battre à vitesse moyenne, en raclant souvent le bol, jusqu'à ce que le mélange devienne crémeux. Ajouter l'œuf et la vanille ; Continuer de battre jusqu'à obtenir une pâte bien mélangée. Ajouter la farine, la levure chimique et le bicarbonate de soude en alternant avec des apports de crème sure, en battant le tout à faible vitesse jusqu'à obtenir un bon mélange. Ajouter les noix de cajou en les remuant.
3. Déposer le contenu d'une cuillerée rase de pâte sur des plaques à biscuit non graissées, en les espaçant de 2 pouces. Faire cuire au four pendant 10 à 12 minutes ou jusqu'à ce qu'elles soient dorées. Laisser refroidir complètement.
4. Faire fondre 1/2 tasse de beurre dans une casserole à fond épais d'un litre à feu moyen. Poursuivre la cuisson, en remuant de temps en temps, pendant 4 à 6 minutes ou jusqu'à ce que le beurre mousse et commence juste à prendre une couleur dorée. (Surveiller de près.) Retirez immédiatement du feu. Verser le mélange dans un bol moyen ; laisser refroidir pendant 5 minutes.
5. Ajouter du sucre en poudre, du lait et de la vanille ; battre jusqu'à obtenir un mélange onctueux. Givrer les biscuits refroidis. Garnir avec une moitié de noix de cajou, si vous le voulez.

Source: <https://www.landolakes.com/recipe/16627/brown-sugar-cashew-cookies/>

Prochaines activités de l'ACA

Novembre

- 16-17 Atelier de l'ACA sur les systèmes d'information sur le marché (SIM) à Kilifi, au Kenya, dans le cadre du Projet Walmart

INGRÉDIENTS

- 1/2 tasse de beurre, ramolli
- 1 tasse remplie de sucre brun
- 1 œuf
- 1/2 cuillerée à thé d'extrait de vanille
- 2 tasses de farine tout usage
- 3/4 cuillerées à thé de levure chimique
- 3/4 cuillerées à thé de bicarbonate de soude
- 1/3 tasse de crème sure
- 1 3/4 tasse de noix de cajou hachées

Pour le givrage :

- 1/2 tasse de beurre coupé en dés
- 3 cuillerées à thé de lait
- 1 cuillerée à thé de vanille
- 2 tasses de sucre glace
- Des noix de cajou fendues en deux, facultatif



10 years/ans

THE VOICE OF AFRICAN CASHEW

LA VOIX DE CAJOU AFRICAINE

Contact us
aca@africancashewalliance.com
or call +233 302 78 16 08