

# Caractérisation nutritionnelle de trois légumes feuilles consommés à Brazzaville : Cas de Fougères (*Pteridium aquilinum*), Arachides (*Arachis hypogaea* L.) et Taros (*Colocasia esculenta* (L.) Schott

MANANGA Vital<sup>(1,2,3)</sup>, ELENGA Michel<sup>(4,2)</sup>, ITOUA OKOUANGO Yvon Simplicie<sup>(1,2)</sup>, MACKOSSO KAMBISSI Merveille Aurore<sup>(1)</sup>

<sup>(1)</sup>Laboratoire de Nutrition et d'Alimentation Humaine (LaNAH), Faculté des Sciences et Techniques (FST), UMNG, BP : 69, Brazzaville, Congo.

<sup>(2)</sup>Équipe Pluridisciplinaire de Recherche en Alimentation et en nutrition (EPRAN) Faculté des Sciences et Techniques (FST), UMNG.

<sup>(3)</sup>Auteur correspondant : MANANGA Vital, Faculté des Sciences et Techniques (Université Marien Ngouabi), BP : 69, Brazzaville, Congo. E-mail : [manangavital@yahoo.fr](mailto:manangavital@yahoo.fr), tel : 00(242) 066743151/00(242) 05703891

**Mots clés :** légume-feuilles, *Pteridium aquilinum*, *Arachis hypogaea*, *Colocasia esculenta*, valeur nutritive  
**Keywords:** leafy vegetable, *Pteridium aquilinum*, *Arachis hypogaea*, *Colocasia esculenta*, nutritional value

Submitted 21/06/2023, Published online on 31/10/2023 in the [Journal of Animal and Plant Sciences \(J. Anim. Plant Sci.\) ISSN 2071 – 7024](#)

## 1 RÉSUMÉ

Trois légumes-feuilles différents consommés à Brazzaville, ont été étudiés. Ce sont les feuilles de fougère (*Pteridium aquilinum*), les feuilles d'arachide (*Arachis hypogaea*) et les feuilles de taro (*Colocasia esculenta*). L'objectif de cette étude consiste à déterminer la composition en nutriments de ces légumes. Pour cela, les teneurs en eau, en lipides, en protéines, en glucides, en cendre ; ainsi que la valeur énergétique de ces trois feuilles a été déterminée. Les résultats ont révélé que la teneur en eau des feuilles soumises à l'étude est de 91,72% de matière fraîche pour *Pteridium aquilinum*, 27,19% de matière fraîche pour d'*Arachis hypogaea* et 30,23% de matière fraîche pour *Colocasia esculenta*. Cependant les teneurs en protéines, en lipides, en glucides et en cendres sont respectivement les suivantes : 0,61% de MS ; 9,45% de MS et de 57,94% et 32% de MS pour *Pteridium aquilinum* ; 0,33% de MS ; 16,21% de MS et 62,21% et 21,25% de MS pour *Arachis hypogaea* ; 0,56% de MS ; 4,46 % de MS et 70,23% de MS et 24,75% de MS pour *Colocasia esculenta*. En conclusion, la valeur nutritive présentée par ces feuilles est appréciable. Elles protègent et l'organisme et contribuent à l'amélioration de l'état nutritionnel des populations. Ces légumes feuilles sont beaucoup énergétiques car, ils sont une très bonne source de glucides et lipides. Une forte teneur en cendres indique qu'ils sont une source vitale de minéraux. Ils pourraient donc être consommés pour compléter les sources de nutriments rares ou non disponibles

**ABSTRACT**

Nutritional characterization of three leafy vegetables consumed in Brazzaville: Ferns (*Pteridium aquilinum*), Peanuts (*Arachis hypogaea L.*) and Taros (*Colocasia esculenta (L.) Schott*)

Three different leafy vegetables consumed in Brazzaville were studied. These are fern leaves (*Pteridium aquilinum*), peanut leaves (*Arachis hypogaea*) and taro leaves (*Colocasia esculenta*). The objective of this study is to determine the nutrient composition of these vegetables. For this, the contents of water, lipids, proteins, carbohydrates, ash; as well as the energy value of these three leaves was determined. The results revealed that the water content of the leaves subjected to the study is 91.72% fresh matter for *Pteridium aquilinum*, 27.19% fresh matter for *Arachis hypogaea* and 30.23% fresh matter for *Colocasia esculenta*. However, the protein, lipid, carbohydrate and ash contents are respectively as follows: 0.61% DM; 9.45% DM and 57.94% and 32% DM for *Pteridium aquilinum*; 0.33% DM; 16.21% DM and 62.21% and 21.25% DM for *Arachis hypogaea*; 0.56% DM; 4.46% DM and 70.23% DM and 24.75% DM for *Colocasia esculenta*. In conclusion, the nutritional value presented by these leaves is appreciable. They protect both the body and contribute to improving the nutritional status of populations. These leafy vegetables are very energetic because they are a very good source of carbohydrates and lipids. A high ash content indicates that they are a vital source of minerals. They could therefore be consumed to supplement scarce or unavailable nutrient sources.

---