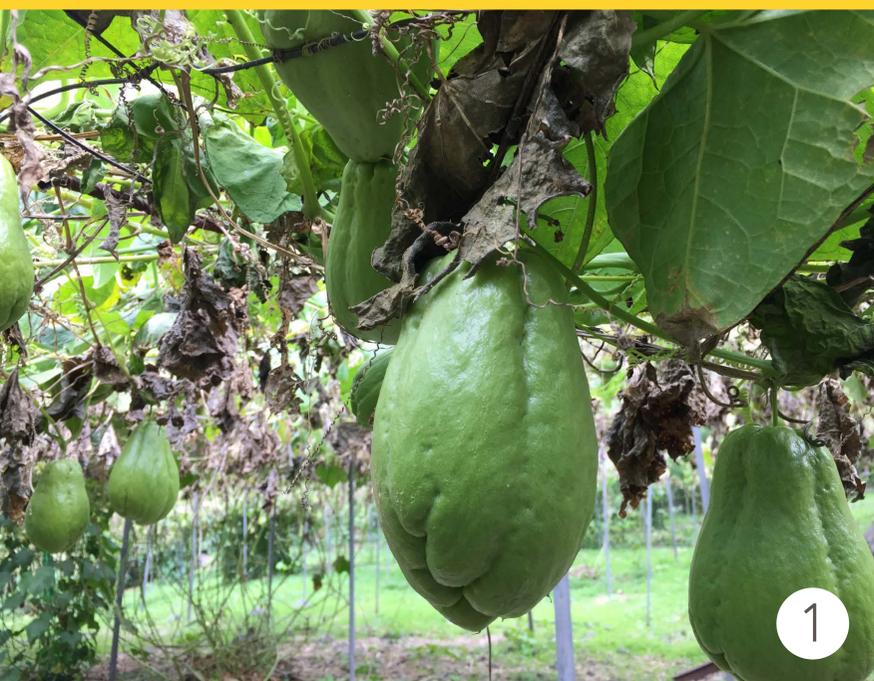


La Réunion

Le chouchou

Ce drôle de légume en forme de poire a vu sa consommation augmenter depuis plusieurs années à La Réunion. Cultivé toute l'année, le *Sechium edule*, ou chouchou, est riche en eau, a des vertus diurétiques et feuilles comme fruits peuvent être dégustés. En plus, c'est du bio ●



Tout est bon dans le chouchou

Le chouchou (1), aussi présent à Maurice, en Nouvelle-Calédonie, ou encore dans les Antilles, où il est appelé christophine, est un aliment étonnant : il peut être dégusté en entier, de la feuille au fruit ! L'épluchage est par contre assez délicat : la peau est dure, le légume colle aux doigts... Un conseil : faire bouillir d'abord, la peau s'enlève ensuite plus facilement.



Salazie, bassin du chouchou

Le cirque de Salazie produit plus de 95% des chouchous de l'île (2)! Situé au Nord-Est, le cirque offre des conditions idéales pour ce légume venu du Mexique et cultivé toute l'année : le climat est humide et plutôt frais. Vers mai-juin, ne pas rater l'inimitable fête du chouchou, où exposants et artistes mettent à l'honneur la cucurbitacée.

Garanti sans pesticides

Aujourd'hui, grâce notamment aux programmes du Cirad et de ses partenaires, presque toutes les productions de chouchou sont sans pesticides. Des moyens naturels sont mis en place pour protéger les cultures des maladies et autres parasites, par exemple l'utilisation d'outils de prophylaxie, ou d'insectes pour lutter contre d'autres insectes : on appelle cela l'agro-écologie.

