



COM'ON
Illustration: A. B.

Dossier de la Semaine

CÉLÉBRATION DE LA TABASKI : LE MOUTON EN FÊTE

Quelle est la consommation de mouton dans le monde ? Quelles sont les spécialités culinaires à base de moutons ? Comment se caractérise la célébration de la Tabaski en Côte d'Ivoire ? Décryptage.

C'EST COMBIEN ?

LES COÛTS MOYENS DES
MARCHÉS DE LA SEMAINE

PRODUIT DE SAISON

LES BIENFAITS DU GOMBO

ASTUCE DE LA SEMAINE

BIEN CONSERVER LA
BANANE



SCANNEZ POUR
ACCÉDER
AUX NUMÉROS
PRÉCÉDENTS !



Le mouton sera à l'honneur dans quelques jours à l'occasion de la célébration de la fête de l'Aïd-el-Kebir par la communauté musulmane. Au-delà de l'aspect religieux que revêt cette fête, la consommation des foyers musulmans connaît un pic pendant cette période. Quelle est la consommation de mouton dans le monde ? Quelles sont les spécialités culinaires à base de moutons ? Comment se caractérise la célébration de la Tabaski en Côte d'Ivoire ? Décryptage dans le DOSSIER DE LA SEMAINE.

Le gombo est un légume typique de l'alimentation africaine. Véritable concentré de vitamines, minéraux et nutriments, il fait des miracles. Quelques-unes de ses vertus à découvrir dans la rubrique LE PRODUIT DE SAISON.

Plus d'un raffolent de la banane douce. Mais ce fruit exotique a tendance à mûrir très rapidement. Comment conserver les bananes dessert plus longtemps ? L'ASTUCE DE LA SEMAINE vous donne une astuce simple pour une plus longue conservation de vos bananes douces.

Sans oublier la rubrique C'EST COMBIEN ? qui vous livre les tendances du marché des produits de grande consommation. Du vivrier aux produits manufacturés en passant par les produits frais.

Pour terminer sur un sourire, rendez-vous dans notre rubrique HUMOUR, pour démarrer la semaine dans la bonne humeur.

Parce qu'ensemble c'est possible !

Dr Ranie- Didice BAH-KONE

Sécrétaire Exécutive du CNLVC

C'est Combien ?

Chaque semaine, nous faisons le tour des marchés pour vous livrer les prix moyens des produits de grande consommation, du vivrier aux produits manufacturés, en passant par les produits frais, etc.

TABLEAU DE L'ÉVOLUTION DES PRIX DE LA SEMAINE

PRODUIT		COÛTS MOYENS FR/KG					TENDANCE DES PRIX			
		ABIDJAN	SAN PEDRO	BOUAKÉ	YAMOUSOUKRO	MAN		KORHOGO		
PRODUIT VIVRIERS	PRODUIT DE SAISON	IGNAME "KPONAN GHANA" (kg)	700		500	500				
		IGNAME KLEGLE			350	700	600	500	■	
		IGNAME BETE BETE	350	350	300	600	350	300	■	
		MANIOC (kg)	300	250	300	200	300	300	■	
		PÂTE DE PLACALI (kg)	300				300		■	
		POMME DE TERRE (kg)	600	650	700	700	700	650	■	
		AVOCAT (kg)	300	400	400	500	400	500	■	
		GRAINE DE PALME (kg)	250	250	200	300	150	300	■	
		GOMBO (kg)	700	800	1000	500	600	600	▲	
		HUILE ROUGE (L)	1500				1000		■	
		CONCOMBRE (kg)	500	600	350	300	300	300	■	
		COURGETTE (kg)	400	400	350	500	300	300	▲	
		LES AUTRES INDISPENSABLES POUR VOS REPAS	NAVET (kg)	1200	1000	500	600	1000	1000	■
CHOU (kg)	600		600	400	600	750	500	▲		
OIGNON VIOLET - NIGER-BF (kg)	700		750	700	600	700	600	■		
BANANE PLANTAIN (kg)	500		450	250	1000	500	600	▲		
OIGNON BLANC (kg)	900		950	700	500	500	900	▲		
TOMATE TYPE SALADE (kg)	1300		1500	800	1200	1500	1500	▲		
PIMENT FRAIS (kg)	1300		1500	1500	500	350	800	▲		
AUBERGINE N'DROWA (kg)	650		600	800	500	400	600	▲		
GNANGNAN (kg)	1700							■		
HARICOT VERT (kg)	1200		1000	1500	1600	1500	1500	■		
POIVRON (kg)	1200		1500	600	1700	2500	1700	■		
CAROTTE (kg)	2300		2000	1500	2000	1500	2200	▲		
PATE ARACHIDE (400 g.)	1000				500	600		■		
PATE PISTACHE(400 g.)	2000			1000	500		■			
PATE D'ANACARDE(500 g.)	2000						■			
GOMBO SEC EN POUDRE (400g.)	700		500	500	500		■			
PATATE DOUCE (kg)	400	400	500	500	500	250	■			
VOS PROTEINES	VIANDE DE BŒUF SANS OS (kg)	3000	3000	3000	3200	3000	2500	■		
	VIANDE DE BŒUF AVEC OS (kg)	2800	2600	2500	2500	2500	2000	■		
	DINDE (kg)	5000						■		
	LAPINS (kg)	5000						■		
	PINTADÉ (kg)	5500						■		
	POULET DE CHAIR (kg)	2100	2100	2200	2200	2200	2000	■		
	PATTES DE POULETS (kg)	1200						■		
	PONDEUSES (kg)	2700		2700	2700	4000		■		
	POISSON SOSO IMPORTE (kg)	2500						■		
	POISSON MAGNE FRAIS MOYEN (4 unités)	250						■		
	POISSON MAGNE SEC MOYEN(4 unités)	500						■		
	POISSON CHINCHARD IMPORTE (kg)	1800						■		
	POISSON CARPE IMPORTE (kg)	2000						■		
POISSON CARPE AQUACULTURE (kg)	3500						■			
POISSON THON (kg)	850						■			
POISSON MAQUEREAU IMPORTE (kg)	1500						■			
POISSON MACHOIRON IMPORTE (kg)	1750						■			
VIANDE DE MOUTON (kg)	4300		4000	4000	5000		■			
KPLO (unité moyen)	500			500	400		■			
ESCARGOT (LOT DE 4 MOYENS)	1500						■			
VIANDE DE PORC (kg)	2000						■			
COTE DE PORC (kg)	1100			1200			■			
PATTE DE PORC (kg)	900			1200			■			
PATTE DE BŒUF (kg)	1200			2500	1500		■			
PRODUIT FRAIS	FRUIT	ANANAS (kg)	350	500	500	500	200	500	■	
		CITRON (kg)	1100	950	875	450	875	800	■	
		ORANGE (kg)	350	200	250	125	250	300	■	
		NOIX DE COCO (pièce taille moyenne)	150				250		■	
		BANANE DESSERT (kg)	350	400	350	350	400	400	▲	
		PAPAYE (kg)	400	400	200	250	100	500	▼	
		Pastèque	500						■	
		MANGUE (kg)	400			400			■	
		AUTRES PRODUITS POUR VOTRE NUTRITION	RIZ LOCAL WITA 9 (kg)	500	500	500	600	450	400	■
			RIZ LOCAL DANANE (kg)	600						■
			MAIS (kg)	500						■
			SOJA (kg)	800						■
			FARINE DE SOJA (kg)	900						■
MAIS DECORTIQUE (kg)	350					800		■		
MAIS POUDRE - KABATO (kg)	500				500			■		
PISTACHE (kg)	2250							■		
ARACHIDE DECORTIQUES (kg)	900		900	1000	1000	1000	650	■		
MIL (KG)	500		500	600	400	500		■		
FARINE DE MIL (kg)	500							■		
AMANDE DE CAJOU (100 gr.)	1000				1000			■		
SORGHO (kg)	700							■		
SESAME (kg)	1500						■			
NIEBE (kg)	700						■			
FONIO (kg)	1500						■			
DIVERS	SUCRE ROUX (kg)				1000	800		■		
	SUCRE BLANC (kg)				1000	900		■		
	LAIT LIQUIDE (L)				2800			■		
	GINGEMBRE (kg)	550		300	500	250		■		
	FEUILLE DE BISSAP (kg)	2500						■		
TOMI (kg)	1000						■			

LES BIENFAITS DU GOMBO

Le gombo est un légume typique de l'alimentation africaine. Véritable concentré en vitamines, minéraux et nutriments, il fait des miracles. Voici quelques-unes de ses vertus.

Atouts Nutritionnels et Bénéfices Santé

BON PENDANT LA GROSSESSE

Le taux élevé de vitamine A, B (B1, B2, B6) et C, ainsi que le zinc et le calcium contenus dans le gombo font de lui le légume idéal à consommer pendant la grossesse. Il contient aussi de l'acide folique, élément indispensable lorsque, pendant la grossesse, les cellules se développent et se multiplient.



CONTRE LA FIEVRE

Pour soigner la fièvre, on recommande de griller les graines sèches en poudre et de les faire bouillir quelques minutes pour en donner aux enfants sous la dose d'une à trois cuillères à soupe.



CONTRE LA CONSTIPATION

En cas de constipation, couper le gombo vert en petits morceaux. Les faire bouillir et boire de préférence le matin à jeun.



BON POUR LES REINS

Consommer régulièrement du gombo aiderait à préserver la bonne santé de nos reins. En effet, les patients qui mangeaient quotidiennement du gombo développaient deux fois moins de maladies liées aux reins, notamment chez les personnes diabétiques.



Saisonnalité

Deux périodes de forte disponibilité
- Mai à juillet ;
- Octobre à janvier

Zone de production

Le gombo est cultivé partout en Côte d'Ivoire.

Céleste, ma source de fraîcheur

Pure et Légère

02 FEVRIER 2022



Céleste® Pure Source de Vie

POUR VOTRE SANTÉ, BOIRE AU MOINS 1,5 LITRES D'EAU PAR JOUR



laity®
Instantané

LAITY
BIEN PLUS
QUE DU LAIT



GRAND PRIX
ELU PRODUIT ET SERVICE DE L'ANNEE

02 FEVRIER 2022

LAITY, LE MAXIMUM D'ÉNERGIE !





Dossier de la Semaine

CÉLÉBRATION DE LA TABASKI : LE MOUTON EN FÊTE

Le mouton sera à l'honneur dans quelques jours à l'occasion de la célébration de la fête de l'Aïd-el-Kebir par la communauté musulmane. Au-delà de l'aspect religieux que revêt cette fête, la consommation des foyers musulmans connaît un pic pendant cette période. Quelle est la consommation de mouton dans le monde ? Quelles sont les spécialités culinaires à base de moutons ? Comment se caractérise la célébration de la Tabaski en Côte d'Ivoire ? Décryptage.



Elevé à la fois pour sa viande, son lait, sa laine et sa peau, la demande pour la viande de mouton est particulièrement importante pendant la célébration de l'Aïd-el-Kebir appelé communément Tabaski en Afrique de l'ouest.

PRODUCTION MONDIALE

Le marché international de la viande ovine est dominé par les exportations de l'Australie et la Nouvelle Zélande (respectivement 41 % et 42 % des échanges mondiaux). Ces deux pays sont les plus gros producteurs de viande ovine après la Chine qui, contrairement à eux, destine l'essentiel de sa production à son marché intérieur. Quelques fournisseurs secondaires ont récemment renforcé leur position sur le marché international, notamment le Chili, l'Argentine et l'Uruguay. S'agissant de la Côte d'Ivoire, le marché est essentiellement approvisionné par les pays de l'hinterland tels que le Niger, le Mali et le Burkina Faso. Les camions utilisés sont des remorques de 35 tonnes contenant 40 à 45 têtes de bovins ou 200 à 300 têtes de moutons.

TRADITIONS CULINAIRES

À côté des préparations classiques de gigots ou de côtelettes, tout peut se manger dans le mouton. Ainsi les rognons blancs (les testicules) sont considérés dans de nombreux pays comme un plat raffiné. De même, le haggis écossais ou panse de brebis farcie est constitué de viscères (foie, poumon, cœur) cuits à l'intérieur de la panse. La tête de mouton, préparée au four, se retrouve dans la cuisine marocaine ou algérienne. Quant à la Côte d'Ivoire, le fameux choukouya de mouton en ravit plus d'un.



COHÉSION, CONVIVIALITÉ ET PARTAGE

Après les prières et sacrifices, place au repas et aux visites familiales qui font de cette fête, un moment de convivialité et de générosité. Généralement, le mouton est divisé en trois parties : la première pour la consommation du jour, la deuxième pour offrir aux nécessiteux et la dernière pour le lendemain ou les jours qui suivent. Tabaski, plus qu'un simple événement religieux, est une occasion de grandes réjouissances en famille et avec les proches. De nos jours, elle a réussi à transcender l'appartenance religieuse. Réunis autour d'un ultime repas, vêtus de tenues chatoyantes, on discute, rit et profite de ce moment.



Le vocabulaire ovin

Dans le langage courant, les moutons désignent un ensemble où la femelle est la brebis et le mâle le bélier, tandis que le jeune mâle est un agneau âgé de moins d'un an et la jeune femelle une agnelle. Dans sa deuxième année, l'agneau s'appelle antenais.



LANCEMENT DE LA FOIRE DE LA TABASKI 2023

Le MIRAH lance la foire de la Tabaski . Le District Autonome d'Abidjan en collaboration avec le Ministère des ressources animales et halieutiques a procédé au lancement de la foire de la Tabaski vendredi 23 Juin 2023 à l'abattoir de Port-Bouët.

Au nom du Gouverneur du District Autonome d'Abidjan, Beugré MAMBE, le 1er Vice-gouverneur Yeo Klotioloma a situé le cadre de cette rencontre en se félicitant de la bonne collaboration avec le MIRAH pour cette politique qui permet à chaque ménage de pouvoir célébrer la fête en acquérant un petit ruminant (mouton et chèvre) à moindre coût. Madame ROUX LEROUX, Cheffe de Cabinet du MIRAH,

représentant Monsieur le Ministre Sidi Tiémoko TOURÉ a rassuré de la tenue d'une bonne fête de Tabaski par la disponibilité du bétail en qualité et en quantité sur les marchés à bétail. Elle a par ailleurs rappelé l'interdiction de la vente d'animaux hors des marchés conventionnels.



Astuce de la Semaine

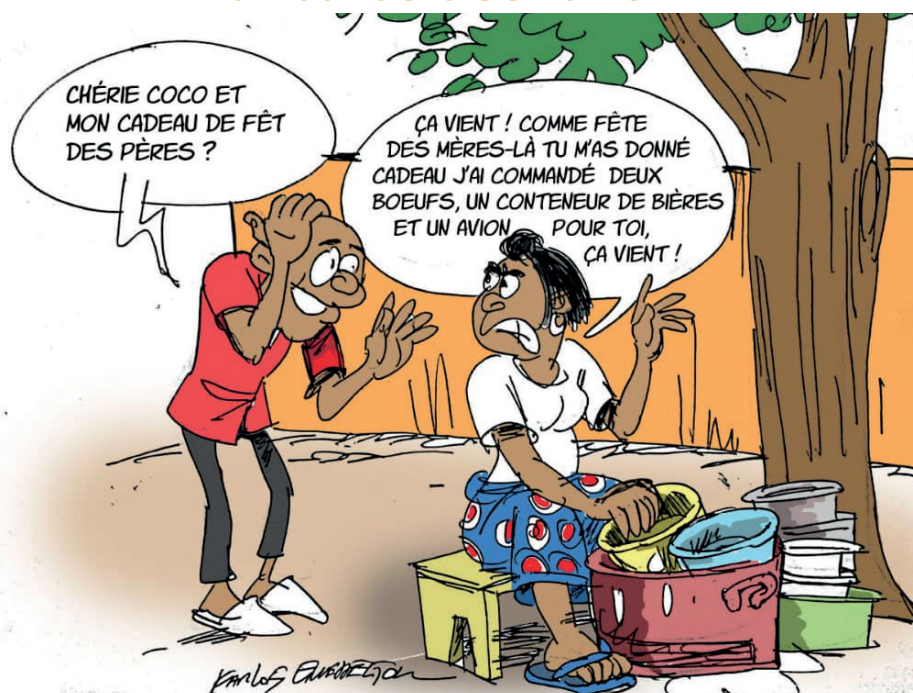
BIEN CONSERVER LA BANANE

Plus d'un raffolent de la banane douce. Mais ce fruit exotique a tendance à mûrir très rapidement. Comment conserver les bananes dessert plus longtemps ? L'ASTUCE DE LA SEMAINE vous donne une astuce simple pour une plus longue conservation de vos bananes douces.

MODE D'EMPLOI

- Procurez-vous du papier film alimentaire.
- Détachez les bananes les unes des autres.
- Enroulez la tige de chaque banane de papier film alimentaire. Ce procédé ralentit le processus de maturation.

Humour de la Semaine






Infoline Secrétariat Exécutif

Responsable : **Dr Ranie-Didice BAH-KONE**

Tel. : **+225 25 21 01 79 99** - Email : **raniebah@yahoo.fr**

Localisation : **Cocody-Angré, en face de la CNPS**

www.cnlvc.ci

 conseil national de lutte
contre la vie chère

 N° vert : 25 21 01 79 99



cnlvc
Conseil National de Lutte
contre la Vie Chère

Ensemble c'est possible

COM'ON
COMMERCIAL

Editeur :

MINISTÈRE DU COMMERCE, DE
L'INDUSTRIE ET DE LA PROMOTION
DES PME

Rédacteur en chef :

Secrétariat Exécutif du CNLVC

Rédaction : **COM'ON** :

Marie-Emile KABLANTCHI

Regie : **MOUSTIK SARL**

Standard : **+225 27 22 41 16 62**

Email : **commercial@comon.ci**

Localisation : **2 Plateaux Vallon - Rue des Jardins**

Production et Distribution : **COM'ON**