



## MONOGRAPHIE HUILE VEGETALE

### Argania spinosa

#### Désignations vernaculaires

Argan traditionnel,  
argane, arganier

#### Partie extraite

Graines

#### Origines courantes

Maroc

#### Classification botanique

Sapotaceae



#### Habitat et description botanique

Endémique du Maroc, l'arganier est un arbre ou buisson épineux de 8-10 m de haut. Très résistant, il peut vivre 150 à 200 ans. Sa silhouette forme une cime large et ronde, un tronc noueux, tortueux et assez court, souvent formé de plusieurs parties entrelacées, l'écorce des arbres adultes est rugueuse. Les jeunes feuilles vert brillant deviennent vert sombre ensuite et sont coriaces. Les fleurs blanches à jaune verdâtre sont hermaphrodites, gamopétales à tube très court sont réunies en glomérules. Le fruit est une fausse drupe ovale fusiforme de 30 mm de long, jaune-brun à maturité et contenant une noix très dure abritant deux ou trois « amandons ». Très bien adapté à l'aridité du sud-ouest marocain, l'arbre ne perd ses feuilles que transitoirement, en cas de grande sécheresse et son système racinaire est particulièrement profond mais dépourvu de poils absorbants. L'aire géographique de l'arganier bénéficie d'une forte humidité, avec les précipitations saisonnières et la fraîcheur relative, que l'arganier piège et restitue au sol. Il pousse de 0 à 1 500 m d'altitude.



### Mythologie / histoire / anecdotes et vertus traditionnelles

Son nom "spinosa" signifie « épineux » comme c'est le cas de ses rameaux. L'arganier serait une "espèce-relique". Répandu au Maroc durant l'ère tertiaire alors que le climat était chaud et tempéré et qu'il existait une connexion probable entre la côte marocaine et les îles Canaries, il se serait alors étalé sur de vastes étendues, du Maroc à l'Ouest de l'Algérie. Autrefois, les forêts d'arganiers étaient plus vastes et denses mais elles ont été dégradées par l'homme et ses troupeaux domestiques. Les chèvres grimpent dans les arbres, appelés "pâturages aériens", où elles mangent de jeunes pousses et le fruit, laissant le noyau qu'il contient. Aujourd'hui certaines zones d'arganeraies sont protégées. Cet arbre est considéré comme mythique et sacré, comme « le père de tous », un don de Dieu. Il a une dimension magique qui a marqué divers rituels. Les berbères de l'Atlas utilisent son huile pour ses vertus alimentaires et cosmétiques. Dans la région du Souss, l'huile d'argan accompagnée de miel avec le thé est offerte aux invités en signe d'hospitalité. L'arganier est aussi la plante-emblème du Royaume du Maroc.

### Méthode d'obtention de l'extrait

Expression mécanique à froid.

### Constituants biochimiques

Acides gras principaux :

- AGMI (> 40%) : acide oléique
- AGPI (30-40%) : acide linoléique
- AGS (15-20%) : acide palmitique, acide stéarique
- Insaponifiables : stérols, triacylglycérides, alcools triterpéniques, composés phénoliques, caroténoïdes, vitamine E

### Propriétés organoleptiques

- Toucher : gras • Sensibilité à l'oxydation : peu sensible



### Indications traditionnelles

- Anti-athérogène, hypo-cholestérolémiante, elle prévient les risques cardio-vasculaires
- Antiradicalaire, elle est cicatrisante par voie interne et externe
- Par voie interne, elle soulage les rhumatismes et douleurs articulaires



### **Cosmétique**

Raffermissante, assouplissante, nutritive, réparatrice et protectrice, riche en anti-oxydants :

- Soins des peaux sèches, ridées, matures, dévitalisées, déshydratées, agressées (soleil, vent, froid...)
- Soins des cheveux secs et ternes
- Soins des ongles cassants

Cicatrisante

- Cicatrices de boutons d'acné et de varicelle
- Vergetures

### **Cuisine**

Le goût fort caractéristique de cette huile peut être utilisé pour l'assaisonnement en cuisine.

### **En savoir plus**

La préparation de l'huile d'argan nécessite un long travail assez pénible souvent effectué par les femmes. La collecte des fruits est familiale. Puis le dépulpage des fruits et le concassage des noix sont assurés par les femmes avant le pressage de l'huile à partir des amandons torréfiés ou non selon un protocole ancestral précis.

### **Références / Bibliographie**

Les huiles végétales -Chantal CLERGEAUD-Editions Amyris

