

Dossier de la Semaine

STREET FOOD IVOIRIENNE : UN PATRIMOINE CULTUREL A CONSOMMER AVEC DES REGLES SANITAIRES

À chaque coin de rue, des odeurs de grillades, de sauces épicées et de mets traditionnels attirent les passants. Rapide, savoureuse et souvent abordable, la cuisine de rue fait partie du quotidien de millions d'Ivoiriens. Mais si elle regorge de pépites culinaires, la street food présente aussi quelques règles sanitaires qu'il est important de connaître.

C'EST COMBIEN ?

LES COÛTS MOYENS DES
MARCHÉS DE LA SEMAINE

PRODUIT DE SAISON

AUBERGINE, SES 4 PRINCIPAUX
AVANTAGES POUR LA SANTÉ

ASTUCE DE LA SEMAINE

COMMENT NETTOYER LES
TÂCHES DE VIN ?



SCANNEZ POUR
ACCÉDER
LES NUMÉROS
PRÉCÉDENTS !



À chaque coin de rue, des odeurs de grillades, de sauces épicées et de mets traditionnels attirent les passants. Rapide, savoureuse et souvent abordable, la cuisine de rue fait partie du quotidien de millions d'Ivoiriens. Mais si elle regorge de pépites culinaires, la street food présente aussi quelques règles sanitaires qu'il est important de connaître. À lire dans le **DOSSIER DE LA SEMAINE**.

L'aubergine, ce légume à la peau lisse et brillante, est un ingrédient qui s'associe parfaitement avec divers légumes. Peu calorique et riche en nutriments essentiels, l'aubergine est également un véritable allié pour la santé. A découvrir dans le **PRODUIT DE SAISON**.

Une tache de vin peut sembler difficile à éliminer, surtout lorsqu'elle

s'incrute sur un vêtement, une nappe ou un canapé. Heureusement, il existe une astuce simple et rapide pour la faire disparaître. A tester dans **L'ASTUCE DE LA SEMAINE**.

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.

ÉCHO DES MARCHÉS, c'est un bulletin d'information conçu et pensé pour le consommateur ivoirien.

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		COUTS MOYENS FR/NG						TENDANCE DES PRIX	
		ANANAS	SAN PEDRO	DOLANE	YAMOUSSOUKRO	VIARE	KORHOGO		
PRODUIT VIVRIERS	PRODUIT DE SAISON	PATATE DOUCE (kg)	400	600	1000	1000	400	400	▲
	BANANE PLANTAIN (kg)	400	1000	300	1000	300	600	■	
	IGNAME KPONAN GHANA (kg)	600	600	700	700	600	700	■	
	IGNAME KLEGLE (kg)	600		700			800	■	
	IGNAME ASSAWA (kg)		600	600	600			▲	
	IGNAME BETE BETE (kg)	400			350	500		■	
	PATE DE PLACALI (kg)		500		500			■	
	OIGNON BLANC (kg)	550	800	500	700	600	900	■	
	GRAINE DE PALME (kg)	350	250	300	500	150	300	■	
	POIVRON (kg)	1300	1500	600	1000	1200	1500	▼	
AUTRES PRODUITS POUR UNE BONNE NUTRITION	CHOU (kg)	650	500	400	700	600	500	▼	
	TOMATE TYPE SALADE (kg)	1200	1200	1000	1000	1000	1200	▼	
	HARICOT VERT (kg)	700	600	600	700	1000	1000	■	
	AUBERGINE N'DROWA (kg)	700	500	800	700	600	700	▼	
	PIMENT FRAIS (kg)	1500	1500	900	500	500	1000	■	
	GOMBO (kg)	1000	700	600	500	500	400	■	
	CAROTTE (kg)	1300	1300	1200	1500	1500	1500	■	
	CONCOMBRE (kg)	700	1500	300	1000	500	500	■	
	COURGETTE (kg)	500	1000	400	1000	400	800	■	
		NAVET (kg)	1000	600	400	600		1000	■
VOS PROTEINES	MANIOC (kg)	250	500	300	300	250	500	■	
	POMME DE TERRE (kg)	600	700	800	600	700	700	■	
	PATE ARACHIDE (400 g.)	1200			1000			■	
	PATE PISTACHE(400 g.)	2000		1000	1500			■	
	PATE DANACARDE(500 g.)	2000						■	
	HUILE ROUGE (L)	1900						■	
	GOMBO SEC EN POUDRE (400g.)	700			500			■	
	VIANDE DE BŒUF SANS OS (kg)	3000		3000	3000	3000		■	
	VIANDE DE BŒUF AVEC OS (kg)	2800		2500	2500			■	
	DINDE (kg)	5000						■	
PRODUIT FRAIS	LAPINS (kg)	5000						■	
	PINTADE (kg)	5500						■	
	POULET DE CHAIR (kg)	2500		2200	2200			■	
	PATTES DE POULETS (kg)	1200						■	
	PONDEUSES (kg)	2700						■	
	POISSON SOSSO IMPORTE (kg)	2500						■	
	POISSON MAGNE FRAIS MOYEN (4 unités)	250						■	
	POISSON MAGNE SEC MOYEN(4 unités)	500						■	
	POISSON CHINCHARD IMPORTE (kg)	1500						■	
	POISSON CARPE IMPORTE (kg)	1700						■	
CEREALES ET LEGUMINEUSES	POISSON CARPE AQUACULTURE (kg)	3500						■	
	POISSON THON (kg)	850						■	
	POISSON MAQUEREAU IMPORTE (kg)	1500						■	
	POISSON MACHOIRON IMPORTE (kg)	1750						■	
	VIANDE DE MOUTON (kg)	4500						■	
	KPLO (unité moyen)	500		500	500			■	
	ESCARGOT (LOT DE 6 MOYENS)	3000						■	
	VIANDE DE PORC (kg)	2000			2200			■	
	COTE DE PORC (kg)	1100			1200			■	
	PATTE DE PORC (kg)	1300						■	
DIVERS	PATTE DE BŒUF (kg)	1500			2500			■	
	ANANAS (kg)	400		900	1000	700	500	■	
	CITRON (kg)	500		875	500	720	900	■	
	AVOCAT (kg)	700		800	1000	500	500	■	
	NOIX DE COCO (pièce taille moyenne)	150						■	
	BANANE DESSERT (kg)	350		300	350	350	400	■	
	PAPAYE (kg)	400		200	400	300	500	■	
	ORANGE (kg)	350		500	350	300	300	■	
	PASTÈQUE (kg)							■	
		RIZ LOCAL WITA 9 (kg)	500		500				■
	RIZ LOCAL DANANE (kg)	700		600				■	
	FARINE DE SOJA (kg)	800						■	
	FARINE DE MAIS (kg)	500						■	
	FARINE DE SORGHO (kg)	600-700						■	
	FARINE DE MAIS - KABATO (kg)	600						■	
	FARINE DE MIL (kg)	500						■	
	FARINE AMANDE DE CAJOU (kg)	5000			1000			■	
	FARINE DE MANIOC (PLACALI) kg							■	
	PATE DE PISTACHE (kg)				1500			■	
	PATE D'ARACHIDE (kg)			900	1000			■	
	SESAME (kg)							■	
	NIEBE (kg)							■	
	FONIO PRECUIT (kg)							■	
	SUCRE ROUX (kg)			1000	1000			■	
	SUCRE BLANC (kg)							■	
	LAIT LIQUIDE (L)							■	
	CINGEMBRE (kg)			300	700			■	
	FEUILLE DE BISSAP (kg)							■	
	TOMI (kg)							■	



AUBERGINE, SES 4 PRINCIPAUX AVANTAGES POUR LA SANTÉ

L'aubergine, ce légume à la peau lisse et brillante, est un ingrédient qui s'associe parfaitement avec divers légumes. Peu calorique et riche en nutriments essentiels, l'aubergine est également un véritable allié pour la santé. A découvrir.

Atouts Nutritionnels et Bénéfices Santé

BONNE POUR LA SANTÉ MENTALE

Les phyto-nutriments contenus dans l'aubergine sont bonnes pour le système cognitif et la santé mentale. En effet, ils éliminent les toxines présentes dans le cerveau et augmentent le flux sanguin vers le cerveau tout en stimulant la bonne mémoire et la capacité d'analyse.



PRÉVIENT L'ANÉMIE

L'une des principales causes de l'anémie est le manque de fer dans le sang. Comme l'aubergine est riche en fer, elle est plus que recommandée pour éviter ou traiter l'anémie. De plus, elle joue un rôle important dans le développement des globules rouges car elle aide à métaboliser les protéines.



AMÉLIORE LA VUE

Un autre des bienfaits de l'aubergine est d'aider à garder une vision saine et à prévenir la cataracte, grâce à l'anthocyanine, un composé qui aide à améliorer le système nerveux central.



AIDE À PERDRE DU POIDS

Les bienfaits de l'aubergine pour équilibrer le système digestif sont bien connus. Ceci grâce à sa grande quantité de fibres solubles. Elle est également faible en calories, car elle se compose en grande partie d'eau. Ce qui apporte un effet rassasiant pour plus longtemps.



Saisonnalité

Juillet à octobre.

Zone de production

Zone centre (Bouaké, Yamoussoukro).
Zone nord (Korhogo, Bouaké, Katiola).



Instantané

SACHETS ÉCONOMIQUES

400 G
1500 F*



400 G
1750 F*



LAIT
ENTIER 28%

* PRIX MAXIMUM CONSEILLÉ

LAITY, LE MAXIMUM D'ÉNERGIE





Dossier de la Semaine

STREET FOOD IVOIRIENNE : UN PATRIMOINE CULTUREL A CONSOMMER AVEC DES REGLES SANITAIRES

À chaque coin de rue, des odeurs de grillades, de sauces épicées et de mets traditionnels attirent les passants. Rapide, savoureuse et souvent abordable, la cuisine de rue fait partie du quotidien de millions d'Ivoiriens. Mais si elle regorge de pépites culinaires, la street food présente aussi quelques règles sanitaires qu'il est important de connaître.



UNE GRANDE VARIETE DE PLATS

Impossible de parler de street food ivoirienne sans évoquer le garba. Composé d'attiéké, de thon frit, d'oignons, de tomates et de piment, ce plat est devenu un symbole de la restauration populaire. Son prix accessible et son goût unique en font l'un des repas préférés des étudiants, des travailleurs et des familles.

Les grillades occupent une place de choix également dans la street food ivoirienne. Poulet braisé, poisson braisé, viande de bœuf ou encore d'agneau, servies avec de l'attiéké, des frites ou des crudités, les grillades offrent une expérience conviviale qui réunit amis et proches autour d'un repas généreux.

De même, préparé à partir de bananes plantains mûres frites, l'alloco est l'un des snacks les plus appréciés du pays. Accompagné de poisson, d'œufs, de viande ou simplement d'une sauce pimentée, il séduit par son équilibre entre douceur et saveurs relevées.

Mais au-delà de ces plats très connus, la street food ivoirienne met en valeur le savoir-faire des vendeuses et vendeurs qui perpétuent des recettes traditionnelles. Chaque quartier possède ses spécialités, ses assaisonnements et ses petites adresses réputées, contribuant à la richesse du patrimoine culinaire ivoirien.

L'HYGIENE, UN ENJEU MAJEUR

Variété de plats, oui, mais malheureusement toutes les échoppes ne respectent pas les mêmes règles d'hygiène. L'exposition des aliments à la poussière, une mauvaise conservation ou un accès limité à l'eau potable peuvent parfois augmenter les risques sanitaires. Les consommateurs ont donc intérêt à privilégier les vendeurs qui entretiennent un espace propre et préparent les aliments dans de bonnes

conditions.

En outre, le goût et la qualité varient selon les vendeurs. Certains utilisent des produits frais et des ingrédients soigneusement sélectionnés, tandis que d'autres peuvent proposer des aliments moins qualitatifs ou réutiliser des huiles de friture de manière excessive, ce qui peut altérer les saveurs et la qualité nutritionnelle.

UNE ALIMENTATION A EQUILIBRER

Même si la street food est délicieuse, plusieurs de ses spécialités sont riches en matières grasses, en sel ou en sauces. Consommées très fréquemment sans varier les repas, elles peuvent déséquilibrer l'alimentation. Les accompagner de fruits, de légumes et d'une bonne hydratation permet de conserver un meilleur équilibre.

Entre le garba, l'alloco et les grillades, la street food ivoirienne offre une diversité de saveurs qui fait sa renommée. Elle est l'un des plus beaux reflets de la culture locale. Elle crée des emplois, valorise les produits du terroir et participe à l'identité gastronomique du pays. Si quelques défis liés à l'hygiène et à la qualité subsistent, ils ne doivent pas faire oublier la richesse de ce patrimoine culinaire. Bien choisie et consommée avec discernement, la cuisine de rue ivoirienne demeure une expérience gourmande, authentique et profondément ancrée dans le quotidien des Ivoiriens.



COOPÉRATION SUD-SUD : LA GUINÉE-BISSAU S'INSPIRE DU MODÈLE IVOIRIEN DE TRANSFORMATION DE LA NOIX DE CAJOU

Le ministre du Commerce, de l'Industrie et de l'Artisanat, Ibrahim Kalil Konaté, a reçu en audience, le mercredi 15 juillet 2026 à son cabinet à Abidjan-Plateau, son homologue bissau-guinéen, Jaimentino Có, ministre du Commerce et de l'Industrie, venu s'inspirer du modèle ivoirien dans la production et surtout la transformation de la noix de cajou, un secteur dans lequel la Côte d'Ivoire s'est imposée comme le leader mondial.

Au cours des échanges, Ibrahim Kalil Konaté a partagé avec son homologue les principales orientations qui ont permis à la Côte d'Ivoire de bâtir une filière anacarde performante et compétitive, grâce à la vision et au leadership du Président de la République, Alassane Ouattara.

Il a réaffirmé la disponibilité du gouvernement ivoirien à mettre son expertise et son savoir-faire au service de la Guinée-Bissau afin d'accompagner le développement de sa chaîne de valeur de la noix de cajou.

Saluant l'expérience ivoirienne, le ministre bissau-guinéen a indiqué que son pays souhaite tirer profit des bonnes pratiques développées par la Côte d'Ivoire pour accélérer la transformation locale de sa production.

Les deux parties sont convenues de la mise en place d'une commission technique chargée de définir les modalités de coopération en vue de l'installation d'une commission mixte entre la Côte d'Ivoire et la Guinée-Bissau, ouvrant ainsi une nouvelle étape dans le renforcement de leur partenariat économique. Cette rencontre s'inscrit dans une dynamique de renforcement de la coopération entre les deux pays.



COMMENT NETTOYER LES TÂCHES DE VIN ?

Une tache de vin peut sembler difficile à éliminer, surtout lorsqu'elle s'incruste sur un vêtement, une nappe ou un canapé. Heureusement, il existe une astuce simple et rapide pour la faire disparaître. A tester.

Mode d'emploi

1. Saupoudrez la tache de sel immédiatement après l'accident.
2. Laissez absorber pendant quelques minutes avant de rincer à l'eau froide.
3. Répétez l'opération si nécessaire, puis lavez le tissu comme d'habitude.



Humour de la Semaine





Conseil National de Lutte
contre la Vie Chère

Ensemble c'est possible

COM'ON
Studio Creatif



Infoline Secrétariat Exécutif

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

Tel. : +225 27 22 52 68 17 - Email : r.bah@cnlvc.ci

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

www.cnlvc.ci



conseil national de lutte
contre la vie chère



N° vert : 25 21 01 79 99

Editeur :

MINISTÈRE DU COMMERCE, DE L'INDUSTRIE
ET DE L'ARTISANAT

Rédacteur en chef :

Secrétariat Exécutif du CNLVC

Rédaction : **COM'ON :**

Oumar NDAO

Mathilde Oulai - Fabrice Abou

Regie : **MOUSTIK SARL**

Standard : **+225 2521017999**

Email : **commercial@comon.ci**

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

Production et Distribution : **COM'ON**