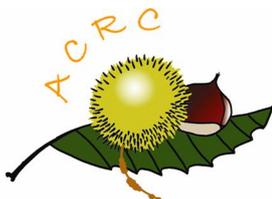


# Le Pelou Rouergat



HIVER 2014  
N° 1

DANS CE NUMERO

ACTUALITE	1
ETUDE VARIETALE	1
CONSERVATION	2
CALENDRIER DU CASTANÉICULTEUR	2
LA CASTAGNICCIA	3
VALEUR NUTRITIVE	4
RECETTE DU MACARON	4

## Actualité du Conservatoire du châtaignier

Le Conservatoire du châtaignier vous présente tous ses meilleurs vœux pour cette nouvelle année, ainsi qu'à vos proches.

Que celle-ci vous apporte bonheur, santé, joies familiales et réussites professionnelles.

Nous souhaitons que notre association vous compte parmi nos plus fidèles adhérents encore de nombreuses années.

Nous espérons que les efforts fournis pour développer le volet animation de

l'association répondent à vos attentes et vos demandes.



Nous profitons de cet édito pour vous informer de la venue d'un nouveau membre au bureau de l'association : M. Jean-

Pierre NOYE, Président de l'association du Lycée agricole de Rignac.

Le 02 novembre dernier, le Conservatoire a été victime d'un cambriolage, notre matériel informatique (ordinateur, appareil photo...) et d'entretien des vergers a été subtilisé.

## Etude variétale de l'Aveyron

Savez-vous combien existe-t-il de variétés de châtaignes dans l'Aveyron ? Comme la pomme, la châtaigne propose un éventail de variétés insoupçonnable. Le Conservatoire s'est lancé depuis une vingtaine d'année dans l'étude de ces variétés . Ce chantier d'identification est aujourd'hui quasiment terminé. L'Aveyron compte plus d'une centaine de châtaignes aux couleurs, aux formes et aux goûts toutes différentes les unes des autres. Dans le prochain numéro, cette thématique sera abordée plus lon-

La Gène (Vallée du Tarn)



Marron de Laguëpie (Vallée du Viaur et Ségala)



La Tounibe (Ségala)



La Savoye (vallée du Lot et du Viaur)



# La conservation des châtaignes

La châtaigne est un fruit de saison délicat qui doit être consommé rapidement. Cependant, certaines techniques permettent de bien la conserver plusieurs semaines voire plusieurs mois.

## Récolte totale et rapide

Les châtaignes doivent être récoltées dès qu'elles tombent au sol et dans leur totalité. Ainsi, les larves contenues dans les châtaignes n'ont pas le temps de sortir et de s'enfouir dans le sol. Cette pratique permet d'assainir les futures récoltes.

## Tri soigneux

La conservation des fruits dépend en grande partie de leur état sanitaire. Il faut donc éliminer manuellement tous les fruits malsains. (mordus, véreux, pourris...)



Fruit véreux (Carpocapse)



Pourriture du fruit



Fruit mordu

## Trempage court

Plonger quelques minutes vos châtaignes dans un grand bac rempli d'eau. Toutes les châtaignes flottantes peuvent être jetées. Ce sont en théorie les fruits véreux.

## Trempage long

Consiste à tremper les châtaignes pendant 10 jours en renouvelant l'eau tous les 3 jours. Ce traitement permet une désinsectisation et bloque l'évolution des pourritures. Mais il ternit les fruits, les rendant moins présentables pour la vente en frais.



Trempage de châtaignes

## Ressuyage

A l'issue du trempage, qu'il soit, court ou long, égoutter les fruits et bien les sécher avant de les stocker.

## Stockage

Prévoir un stockage de fruits frais en petite quantité (filets type pommes de terre, caisses ou petits palox ajourés) plutôt qu'en masse pour favoriser l'aération des fruits.

## Conservation en chambre froide

Ce procédé couramment utilisé par les transformateurs permet une conservation des châtaignes fraîches pendant 1 à 3 mois. Il ne faut jamais rentrer de fruits mouillés dans la chambre froide. Sa température doit être réglée entre 1 °C et -2 °C. A température positive, méthode la plus utilisée, la chambre froide doit être équipée d'une ventilation constante et d'un humidificateur d'air pour maintenir une hygrométrie comprise entre 90 et 95 %.



Chambre froide du Conservatoire

## Congélation

Méthode très efficace, elle permet de conserver les châtaignes en l'état à long terme (jusqu'à 1 an) à une température avoisinant les -20°C. On peut congeler les fruits frais entiers, mais leur épluchage ultérieur sera plus difficile.

# Calendrier du castanéiculteur

## **Janvier**

- Elagage sévère pour les arbres fortement atteints de maladies ou plus léger (coupe des branches mortes et chançrées) pour les autres,
- Taille de formation des jeunes arbres et des greffes,
- Préparation de la sélection des rejets : (ceux à retenir et ceux à éliminer),
- Débroussaillage des anciennes châtaigneraies,

## **Février**

- Prélèvement de greffons de variétés intéressantes en prévision des greffes (maintenir les greffons dans un endroit humide et frais ou bien en chambre froide),

## **Mars**

- Fin des travaux d'hiver,
- Apport de fumure de fond organique,

# La Castagniccia de Corse

La Castagniccia, région de moyenne montagne au cœur de la Haute-Corse, se caractérise par ses hautes collines aux versants recouverts d'interminables châtaigneraies, tandis que sur les crêtes, de petits villages aux maisons de schistes semblent les surveiller.

## Histoire de la châtaigneraie corse

Jusqu'au XVIII<sup>e</sup> siècle, pour palier la croissance démographique consécutive aux grandes guerres et épidémies du Moyen-âge, plusieurs ordonnances génoises favorisent la plantation du châtaignier sur l'île colonisée. En effet, les propriétaires devaient planter chaque année 4 châtaigniers. Les plus récalcitrants se voyaient condamnés à payer 3 livres d'amendes pour chaque arbre non planté.

La diffusion et l'extension du châtaignier, plutôt bien accueillies par une population nombreuse, se sont avérées une véritable réussite puisqu'à la fin du XVIII<sup>e</sup> siècle, l'arbre a fini par donner son nom à une région : la Castagniccia, représentant, pour cette dernière, une capacité nutritive trois fois supérieure aux céréales déjà cultivées.



Localisation de la Castagniccia



La Castagniccia (OT de haute Corse)

A la fin du XVIII<sup>e</sup> siècle, le plan terrier destiné à cartographier l'état foncier de la Corse établit à 35 442 ha la surface de châtaigniers.

Le châtaignier était d'une telle valeur que, lors du rattachement de la Corse à la France, en 1769, le Conseil du Roi interdit par un décret, heureusement vite abandonné, toute nouvelle plantation de cet arbre « immoral » qui constitue « l'aliment de la paresse car son fruit supplée à tout : on le ramasse, on le sèche, on le broie et on en fait son pain, leurs chevaux même en sont nourris et la terre est toute négligée. »

## Le saccage des châtaigniers

C'est autant l'exode rural que la première guerre mondiale qui mit un coup d'arrêt à l'exploitation intensive des châtaigneraies. Le saccage s'est poursuivi avec l'installation d'usines de teinture. Avec la complicité d'imprimeurs corses, on assistait à une véritable « taglia, taglia ». Chaque année, 40 tonnes de bois étaient portées aux usines. Quand la dernière usine de teinture ferma ses portes en 1936, pas moins de 2000 sur 35 000 ha de châtaigniers avaient disparu.

## La châtaigne aujourd'hui

On estime à 250 le nombre de producteurs de châtaignes dont près 200 en Haute-Corse. Actuellement la récolte annuelle s'élève à 1200 tonnes dont 85% sont transformés en farine. La Somivac\* a recensé environ 25000 ha de châtaigneraies en 1977 mais seulement un peu plus de 3607 ha étaient en exploitation. Les 20 000 ha restant sont à l'abandon ou livrés aux animaux « coureurs » (troupeau pâturant librement).

Les producteurs sont regroupés autour de marques collectives : U FORMU pour la Corse du Sud et CORSICASTAGNA pour la Haute-Corse.

\* société d'économie mixte pour la mise en valeur de la Corse



Moulin à farine rénové

(Parc Naturel régional de Corse)

## ANNONCE

Si vous souhaitez passer un message (vente de matériel, recherche de châtaigneraie...), cet espace est pour vous. Il suffit de nous indiquer par mail ou par téléphone votre requête.

## Valeur nutritive de la châtaigne

La châtaigne ne se contente pas d'être belle et délicieuse, elle est aussi bienfaisante et révèle de formidables valeurs nutritionnelles et atouts santé.

### Avis de la nutritionniste

« Riche en amidon, la châtaigne se présente comme un aliment bon fournisseur d'énergie. Ses glucides ont une excellente digestibilité après cuisson, et ils présentent l'intérêt de libérer progressivement leur énergie. De ce fait, on évite une élévation rapide de la glycémie (le taux de sucre dans le sang), et l'index glycémique reste modéré.

Sa teneur en fibres est importante, mais ces fibres sont douces et bien tolérées par les intestins les plus fragiles. »

### Valeurs nutritionnelles (pour 100 g)

	Crue	AJR *
Calorie	174 kcal	
Protéines	3 g	
Glucides	36,3 g	
Lipides	2,7 g	
Fibres	6 g	30 g
Sodium	9 mg	
Potassium	500 mg	2000 mg
Vitamine B1	0,2 mg	1,1 mg
Vitamine B9	141ug	200 ug
Vitamine B6	0,33 mg	1,4 mg

\*Apports nutritionnels conseillés



Grillée de châtaignes

**AVEYRON CONSERVATOIRE REGIONAL  
DU CHATAIGNIER**

La Croix blanche, 12390 RIGNAC

05 65 64 47 29

chataignerai.conservatoire@wanadoo.fr

www.chataignier-conservatoire.com

## Recette: Macarons à la châtaigne (extrait du *Renouveau de la châtaigne*)

### Ingrédients pour les coques :

- 250 g de sucre glace
- 150 g de farine de châtaigne
- 100 g de poudre d'amande
- 3 blancs d'œufs
- 50 g de sucre en poudre
- 1 cuillère à café de jus de citron

### Ingrédients pour la ganache :

- 100g de crème de châtaigne
- 100g de beurre

### Préparation des coques des macarons

Mélanger le sucre glace, la poudre d'amande et la farine de châtaigne pour obtenir une poudre très fine, pensez à bien mélanger la préparation avant de le tamiser.

Dans un autre récipient, faites monter les blancs en neige d'abord à vitesse moyenne en incorporant petit à petit le sucre semoule. Petite

astuce : pour qu'ils deviennent bien fermes, les blancs doivent être à température ambiante. Incorporer délicatement la poudre obtenue précédemment. A l'aide d'une spatule, n'hésitez pas à soulever la pâte pour bien l'aérer et la lisser.



Macaron à la châtaigne (Food reporter)

Pour ceux qui aiment la cuisine en couleurs, c'est le moment de rajouter le colorant de votre choix. Une fois que votre mélange est devenu bien homogène, il ne vous reste plus qu'à le verser dans une poche à douille.

Munissez-vous de plaques à pâtisserie et recouvrez-les de papier sulfurisé. Collez les coins avec un peu de blanc en neige pour éviter que celui-ci ne se déplace pendant la cuisson. Avec la poche à douille, dessinez de petites boules de 3cm de diamètre en faisant attention à bien les espacer.

Laissez ensuite reposer et sécher à l'air libre pendant une trentaine de minutes afin qu'une légère croûte se forme. Faire cuire vos coques dans un four à chaleur tournante pendant 10 min à 160° C (th.5).

### Préparation de la ganache

Mélangez la crème de marrons et le beurre préalablement ramolli.

Collez-les deux par deux avec un peu de ganache fondante pour construire de jolis macarons.

Régalez-vous !