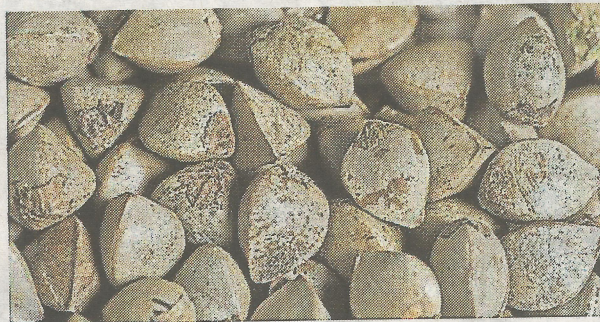
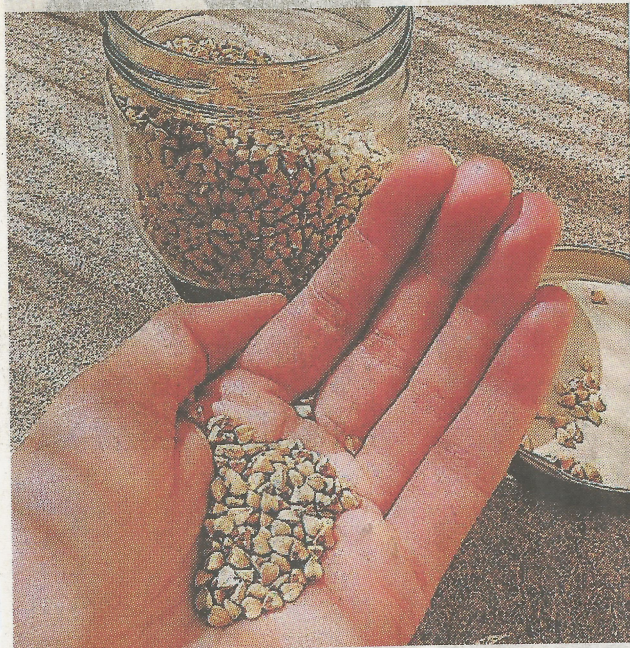


La revanche du sarrasin, le « blé du pauvre »

Goût. Le blé noir s'offre une nouvelle vie. Après les galettes, on le retrouve dans de nouveaux produits ou sur les tables, grâce à des chefs inventifs.



Jean Weber/DF

Le sarrasin fait son retour sur les tables sous différentes formes : chips, boissons, graines grillées...

En Bretagne, on associe traditionnellement le sarrasin à la galette. Durant plusieurs siècles, c'était l'un des piliers de l'alimentation locale. « **Cette culture propre, rustique, a sauvé les Bretons de la famine. On consommait le sarrasin en bouillie et en galette, qui était un plat en soi** », retrace Christine Larsonneur, directrice de Blé noir tradition Bretagne.

Après la mise en place de la Politique agricole commune (PAC) en 1962, sa culture est délaissée au profit du blé, du maïs et de la pomme de terre. Il faut attendre la détermination de cette association, créée en 1987, pour bâtir une véritable filière.

Mais la production française ne suffit pas à combler les besoins, le premier producteur et importateur mondial de sarrasin reste la Chine. « **En France, 12 000 à 15 000 tonnes de blé noir sont consommées chaque année. Et 30 % sont certifiées provenir de la région** », chiffre Christine Larsonneur. Aujourd'hui, le « blé du pauvre », entraîné par la tendance

sans gluten, retrouve ses lettres de noblesse grâce à de nouveaux produits : pain, biscuits, nouilles (les *soba*, très prisées au Japon), chips artisanales... Plusieurs entrepreneurs bretons se sont lancés sur ce dernier créneau.

Le blé noir à la carte

En Ille-et-Vilaine, Crousty'Breizh, à Retiers, et Celti Croc', à La Chapelle-Bouëxic, proposent des chips de sarrasin, nature ou épicées (aux poivres pour le premier, au pavot et piment d'Espelette pour le second). Dans le pays de Quimper, ce sont des tuiles, les *Krips*, qui font parler d'elles.

Le sarrasin se retrouve aussi dans des boissons : avec alcool, comme dans la *Telenn Du* de la brasserie Lancelot, une bière bio qui contient également de l'orge maltée, ou sans alcool, avec le sobacha, une infusion à base de graines de sarrasin torréfiées (*kasha*).

Les chefs jouent également en cuisine avec cette plante de la famille

des polygonacées. À Rennes (Ille-et-Vilaine), Sarrasin & compagnie innove avec des salades à base de crozets de sarrasin ou de *kasha*, des wraps et des pâtisseries. À La Farigoule, à Ploërmel (Morbihan), la farine de sarrasin bretonne est utilisée dans la pâte à pizza.

Dans les crêperies de Bertrand Larcher (Breizh Café), implantées en Bretagne, à Tokyo et Paris, on trouve un dessert 100 % à base de sarrasin : une galette accompagnée de glace et de miel de sarrasin. À l'hôtel de Carantec (Finistère), Patrick Jeffroy l'utilise aussi bien pour des propositions sucrées que salées, comme sa glace au homard servie dans un cornet de blé noir avec des graines entières de sarrasin.

Et le pâtissier Eric Jubin, à Pont-Aven (Finistère), a écrit pour les éditions Tro Mad ! un livre de recettes salées et sucrées intitulé... *Vive le blé noir*.

Charlotte HERVOT.