

Pommes de terre

Une valeur sûre à retrouver

La pomme de terre fait partie de notre quotidien, mais beaucoup cependant la connaissent mal. Les consommateurs la restreignent et les jardiniers la négligent. Le travail des fournisseurs de plants et des organismes interprofessionnels, la multiplication des sites Internet et autres sources d'information, la prise de conscience des distributeurs devraient pallier désintérêt et réticence.

Un nom difficile à porter

Les espèces du genre *Solanum* étaient autrefois appelées "morelles" par les botanistes et les jardiniers. Ainsi la pomme de terre a été introduite d'abord sous le nom de "morelle tubéreuse", une appellation qui l'a longtemps desservie : un rapprochement était effectivement fait avec la morelle noire, végétal hautement toxique. C'est sans doute pour cela qu'elle fut accusée de tous les maux - notamment de transmettre la lèpre - sa consommation étant longtemps en conséquence réservée aux seuls animaux.

Elle fut aussi appelée "truffe noire", "truffole", "cartoufle", "tartoufle", "trouffle"... "papa" par les Indiens du Pérou. Quant au mot de patate, il dérive de son nom nahuatl (langue du Mexique) "potatl". Il semble que l'appellation "pomme de terre" ait été utilisée pour la première fois en 1762 par le botaniste Henri-Louis Duhamel du Monceau (alors que les Flamands la qualifiaient de "poire de terre").

Des débuts difficiles, mais une grande carrière, et ceci au niveau mondial.

La pomme de terre dans le monde

La pomme de terre arrive en quatrième position des plantes alimentaires et constitue la base de l'alimentation de millions de personnes dans le monde. Sa production a été évaluée en 2006 à 315 millions de tonnes. La Chine arrive en tête avec 70 millions de tonnes, suivie par la Russie (30 millions), l'Inde (24 millions), les USA et l'Ukraine (chacun 20 millions), la Hollande (6,5 millions), la France (4,5 à 4,7 millions). Il faut préciser que les rendements varient considérablement d'un pays à l'autre. Si la France se distingue avec 42 tonnes à l'hectare, la Chine se classe parmi les derniers pays avec seulement 15 t/ha, les conditions sanitaires étant assez mauvaises. L'importance de sa récolte s'explique par celle de sa superficie.

La consommation moyenne par habitant est faible en Chine (20 kg/an) où le riz est l'aliment principal, chiffre loin des moyennes européennes (70 kg/an au total, en frais et en produits transformés). Mais, là encore, l'importance de la population chinoise en fait le premier consommateur mondial.

Selon l'Union française des producteurs de pommes de terre, la production 2007 en Allemagne, Pays-Bas, Grande-Bretagne, France et Belgique a augmenté de 7,5% par rapport à l'année précédente.

La santé par la pomme de terre

Dans nos pays occidentaux, la pomme de terre est souvent considérée comme un féculent calorique, ce qui explique une certaine prévention à son encontre, surtout chez les consommatrices. Or des études récentes démontrent tous les bienfaits que ce tubercule peut dispenser. C'est un des légumes les plus riches en vitamine C, cet antioxydant permettant une meilleure absorption du fer. La présence de glucides complexes, d'oligo-éléments, de potassium et de fibres permet à la pomme de terre de jouer un rôle non négligeable dans la lutte contre le cancer, les maladies cardiovasculaires, le diabète, l'obésité. Elle augmente les défenses de notre organisme et participe à l'élimination des radicaux libres.

Les apports nutritionnels de la pomme de terre ne sont pas négligeables. Pour 100 g cuits à l'eau, selon le Professeur Sabatier, la valeur énergétique est de 85 Kcal, avec 19 g de glucides, 2 g de protéides et 0,1 g de lipides. La vitamine C est présente pour 13 mg, les fibres pour 1,5 g, le potassium à raison de 410 mg, le magnésium de 27 mg.

Pour 100 g de pommes de terre, la valeur calorique dépend de la préparation culinaire : elle est de 85 Kcal pour des pommes de terre cuites à l'eau, 94 à 100 Kcal en purée ou gratin... mais 274 Kcal en frites, 568 Kcal en chips.

La meilleure façon de consommer ce tubercule est de le faire cuire à la vapeur dans sa peau pour conserver toutes ses vitamines et de le cuisiner rapidement après l'achat ou la récolte au jardin.

Le pain des pauvres

La pomme de terre fut introduite en Europe au XVI^e siècle par les Espagnols, de retour de leurs nouvelles colonies américaines. Bien qu'elle fasse son apparition en France dès 1540, il faudra attendre 1747 pour que les cultures et l'usage pour la consommation humaine se développent, tout d'abord en Bretagne, sous l'influence de Louis-René de Caradeuc de La Chalotais, bientôt suivi par Monseigneur de la Marche, surnommé "l'évêque des patates". Mais c'est surtout Antoine-Augustin Parmentier qui, après l'avoir découverte dans les geôles prussiennes où elle était la principale nourriture fournie aux prisonniers, en fera la promotion en 1787 et développera son usage dans toutes les couches de la société française. Ceci lui vaudra les félicitations du roi Louis XVI en ces termes : "la France vous remerciera un jour d'avoir inventé le pain des pauvres".

La pomme de terre, on aime...

À la demande du Gnis, l'institut BVA a conduit en 2007 une recherche qualitative auprès d'un public de jardiniers amateurs afin de mieux connaître et comprendre leurs motivations et leurs freins, leur comportement d'achat et leurs attentes vis-à-vis de la pomme de terre.

Cette étude révèle qu'aujourd'hui les amateurs apprécient la culture de la pomme de terre :

- pour sa qualité gustative et sanitaire : ils la considèrent plus saine, garantie sans traitement, ayant de la saveur.
- pour sa richesse culinaire : des plus simples recettes aux plus élaborées, toute l'année, seule ou en accompagnement.
- pour la gourmandise : elle représente une consommation-plaisir surtout pour les pommes de terre nouvelles.
- pour sa grande productivité : l'effet multiplicateur est presque "magique".
- pour son intérêt bio-agronomique : cette culture assure un désherbage "naturel" du sol, grâce aux actions mécaniques répétées, et posséderait des "propriétés herbicides".
- pour la simplicité de sa conduite culturale.
- pour sa rotation rapide : les variétés précoces ne demandent qu'une immobilisation courte du terrain, laissant ensuite la place à d'autres cultures.
- éventuellement pour l'esthétique de la plante en végétation.

En fin de réunion, les participants qui étaient réticents, beaucoup mieux informés, se sont montrés prêts à tenter cette culture.

La pomme de terre, c'est simple

La culture des pommes de terre au jardin est effectivement d'une grande simplicité : il suffit d'ouvrir un sillon, planter, biner, butter... et c'est tout. Un seul plant permettra de récolter un kilo de tubercules (qui ne sont pas des racines, rappelons-le, mais des tiges souterraines qui accumulent des réserves sous forme d'amidon).

Une simple petite surface peut lui être consacrée, d'autant que dans ces conditions, aucun traitement ne sera nécessaire : les éventuels doryphores pourront être retirés à la main. Et si de nombreuses variétés résistent au redoutable mildiou, la culture de pommes de terre nouvelles – de par sa brièveté – évite tout problème, quelle que soit la variété.

La culture de pommes de terre nouvelles est la meilleure initiation, pour tout nouvel amateur de potager.

Il faut, pour planter, que le sol soit suffisamment réchauffé en profondeur (plus de 10 °C), sans humidité excessive, et qu'il n'y ait plus de risques de fortes gelées.

Suivre les bons plants

Il existe toute une gamme de présentation des plants de pommes de terre, adaptés au mode de culture (à préparer ou prêts à l'emploi) et à la surface que l'on veut y consacrer : sacs, clayettes, filets. Et même maintenant des petits conditionnements, parfaits pour les jardiniers qui ne disposent que d'une surface restreinte : 25 plants (pour 5 m²), et même 10 plants (pour 2 m²).

Ces plants sont vendus germés, germés-dressés ou non-germés. Les plants germés et germés-dressés sont les plus faciles à utiliser, prêts à l'emploi. Ils ne nécessitent aucune préparation et peuvent être achetés au dernier moment, juste avant la plantation.

Le démarrage de la culture est rapide, avec une bonne levée, homogène et régulière. C'est un avantage décisif, en particulier dans les régions froides, ou lorsque le printemps est tardif.

Les plants germés sont proposés en clayettes fermées de 10, 25, 60, 100 ou 125 tubercules, plus rarement en poids net.

Les plants germés-dressés sont vendus en clayettes ouvertes ou fermées, sans impératif de poids, ni de nombre. Ces plants sont soigneusement triés et rangés à la main par les professionnels, sur une seule couche, les germes dressés vers le haut.

Ainsi disposés, les tubercules reçoivent tous la même dose d'éclairage, d'où la plus grande régularité de germination. C'est le "nec plus ultra" au niveau de la qualité des plants, mais son prix de revient, donc de vente, limite leur diffusion.

Quant aux plants vendus non germés, ils ont été conservés à une basse température, qui les a maintenus à l'état de dormance. Ils sont potentiellement vigoureux, mais nécessitent d'être "réveillés" avant d'être plantés : il faut les mettre en germination, les yeux vers le haut, à la lumière et à une température modérée (5 à 7 °C) pendant 4 à 5 semaines.

Ces plants sont proposés en sacs ou cartons de 500 g, 3, 5 et 10 kg. Ils sont également venus en plants comptés de 10, 25, 60, 100 et 125 tubercules.

Tous les plants de pommes de terre proposés pour le jardin sont obligatoirement certifiés : ils sont produits selon des normes strictes et bénéficient de contrôles rigoureux qui garantissent leur état sain. Les emballages comportent une vignette officielle de couleur bleue, émanant du SOC, Service Officiel de Contrôle et de Certification. Cette vignette précise le type de plants contenu dans l'emballage :

- plants certifiés pour les plants non germés, en sacs ou en cartons, définis par un poids net ou un nombre de tubercules,
- plants certifiés germés, en clayettes ou cartons fermés, en général avec mention du nombre de tubercules,
- plants certifiés germés-dressés, en clayettes ouvertes.

Le classement des variétés

Le classement des variétés est déterminé par leur temps de culture :

- Les **précoces ou hâtives** poussent entre 60 et 90 jours, ce qui permet de les récolter en général dès la fin mai. Il ne faut pas les confondre avec les pommes de terre "primeurs" qui sont récoltées avant maturité complète. Leur peau est fine, elle se détache facilement par frottement du doigt ou dans un torchon contenant du gros sel. Toutes les hâtives doivent être consommées rapidement car elles se conservent difficilement.

- Les **demi-hâtives** demandent pour arriver à maturité, selon les conditions culturales et les variétés, entre 90 et 120 jours. C'est surtout dans ce groupe que se trouvent les variétés dites "à chair ferme", à consommer en salade ou sautées, leur tenue à la cuisson étant très bonne.

- Les variétés **tardives**, mûres après 120 à 150 jours, ont une chair moins fine mais une excellente conservation. Elles excellent en frites, ragoûts, salades, purée...

La presque totalité des variétés consommées en France sont à chair jaune, la chair blanche étant peu prisée. La peau est en majorité jaune, avec un petit nombre de peau

rouge. La couleur noire, en réalité violet foncé, appartient à la variété Vitelotte, également appelée Nègresse. Enfin la forme du tubercule peut varier de ronde à plus ou moins allongée, claviforme avec une extrémité rétrécie, réniforme, arquée et pointue aux extrémités.

Au hit-parade des variétés

Le Centre International de la Pomme de Terre (CNIPT) recense 3 500 différentes variétés de pommes de terre, mais "seulement" 176 variétés sont proposées aux jardiniers, parmi lesquelles les trente premières représentent plus de 90 % du marché. Charlotte occupe de loin la première place, depuis plusieurs années, suivie par Bintje, Sirtema, Monalisa, Rosabelle, Spunta, Belle de Fontenay, Amandine, Désirée et Ratte. Les variétés qui "montent" : Delikatess, Juliette (distribuée en exclusivité par Gamm vert), Carlita, Bernadette, Chérie... Et on peut souhaiter un bel avenir à la nouvelle Rose de France de Bernard.

Des variétés bien protégées

Les variétés de pommes de terre ne sont pas à l'abri des contrefaçons. Les nouvelles variétés sont protégées pour une période de 30 ans dès qu'elles sont inscrites au Catalogue officiel. Il ne faut pas oublier qu'une création demande au moins 10 années d'études, qui seront suivies par 10 autres années pour arriver à une production suffisante et une reconnaissance par le grand public. Afin de mieux garantir une nouveauté, certains obtenteurs ont recours à un nom de marque qui vient conforter l'appellation variétale. Déposé à l'INPI, ce "pseudonyme" est plus facilement défendable, principalement lorsque la variété est uniquement produite par des licenciés.

extrait de Jardins de France, la revue de la SNHF. Auteur : Marie-Hélène Loàëc.