



Pistache

La nouvelle pépité française

La France raffole des fruits à coque. Pourtant, un seul semble cantonné aux seconds rôles, la pistache. Reine du grignotage à l'apéritif, elle se montre timidement pour elle-même dans les vitrines des pâtisseries. Pas facile de séduire des palais biaisés pendant des décennies... Avec son goût subtil, la pistache a longtemps été boostée aux arômes, au point que le consommateur perde la vérité de sa saveur. Cultivée durant des décennies dans le sud de la France avant de disparaître, elle est cependant toute légitime à trouver sa place dans la gastronomie française. D'ailleurs, elle s'apprête à renaître sous l'impulsion de confiseurs, d'agriculteurs et de passionnés qui mènent une véritable quête pour réimplanter la pistache dans l'Hexagone.

yamorama

Panorama de la pistache



Pistache Pontikis

Produite en Provence
(photo: © Benoît Dufay)

Cette pistache de la variété grecque Pontikis, est issue de la plantation expérimentale de Jean-Louis Joseph, dans le Luberon. C'est l'une des toutes premières pistaches françaises à avoir atteint le bon stade de maturité. La variété Pontikis apparaît jusqu'à présent comme l'une des meilleures candidates pour s'adapter aux terroirs français. Elle découle directement de la pistache de l'île d'Egine, qui bénéficie d'une AOP.



Pistache verte d'Iran

(photo: © Philippe Vaurès Santamaria)

Cette pistache provient de son berceau d'origine. Elle est récoltée et triée à la main puis mondée. Elle présente un grade A, c'est-à-dire un amandon de belle taille, d'un vert prononcé et dense, intact et sans bris, qui en fait l'une des plus prisées. Son goût est plutôt incisif et la texture plus souple que celle d'autres variétés. Certains pâtisseries et confiseurs la torréfient d'ailleurs légèrement pour abaisser son taux d'humidité.



Ceux qui en parlent le mieux...

« J'aime la couleur prononcée de la pistache verte d'Iran. Elle est aussi très odorante, presque enivrante! Pour révéler son parfum, je l'assaisonne légèrement de fleur de sel et je la torréfie 10 min au maximum avant de la broyer pour réaliser ma propre pâte de pistache que j'incorpore dans mes crèmes. Je la marie le plus souvent avec des saveurs orientales, comme la fleur d'oranger, l'eau de rose ou encore le lait d'amande. Mais la pistache se marie avec tout, la coco, les fruits rouges, le praliné. Elle a un côté très réconfortant. »

Christophe Michalak,
Pâtisseries Michalak (Paris)

« Quand on aime la pistache, on aime ses variantes. La pistache d'Iran et la pistache de Sicile sont totalement différentes, mais à la fois complémentaires. La première, lorsqu'elle est légèrement torréfiée, propose une attaque puissante mais reste assez peu en bouche. Alors que la pistache de Bronte a un goût très subtil et laisse un voile sur le palais. Elle n'est pas puissante mais contribue à une longueur en bouche très intéressante. J'ai l'habitude de garder sa peau, notamment pour un praliné, parce qu'elle amène une petite amertume. En mélangeant ces deux variétés dans une pâtisserie, j'obtiens une saveur très équilibrée. »

Jeffrey Cagnes,
Pâtisserie Jeffrey Cagnes (Paris)



Pistache de Bronte

Produite en Sicile
(photo: © Philippe Vaurès Santamaria)

Cultivée sur les pentes de l'Etna, cette pistache est d'un vert plus clair sans que cela impacte sa saveur pour autant. Elle est plus craquante et toujours enveloppée dans sa fine peau. En bouche, son attaque est moins franche, mais perdure plus longuement.



Pistache d'Antep

Première récolte en Turquie
(photo: © Philippe Vaurès Santamaria)

Cette variété, produite dans la province de Gaziantep, se singularise des autres à plus d'un titre. L'amandon, plus petit et allongé, révèle des notes florales très fraîches et un goût très typé. Il laisse une légère astringence à la dégustation.



Injustement La pistache négligée

Yamopédia

La tradition gastronomique française fait la part belle à de nombreux fruits à coque. La pistache, pourtant cultivée pendant des décennies dans le sud de la France, n'a pas imprégné de la même manière nos habitudes gourmandes. Un tort car elle recèle un beau potentiel gustatif, si tant est que l'on apprivoise sa saveur trop méconnue.

TEXTE : LAURA DURET - PHOTOS : ANNE-CLAIRE HÉRAUD

Lorsqu'on parle des fruits à coque en France, on pense spontanément aux noix du Périgord ou de Fontvieille, aux noisettes et éventuellement à l'amande, réintroduite il y a quelques années sur tout le pourtour méditerranéen.

Et la pistache ? Elle est pourtant tout aussi enracinée dans les terres du sud de la France. Que seraient les 13 desserts provençaux ou encore le nougat sans elle ? D'anciennes recettes témoignent de son utilisation il y a plus d'un siècle et, de fait, d'une production locale bien établie. Qui a malheureusement périclité. Ce

qui expliquerait que la pistache n'a pas su s'imposer dans la gastronomie française comme l'ont fait les autres fruits à coque, restant l'apanage des cuisines du soleil du Maghreb et du Moyen-Orient. Ceci est somme toute légitime, puisque c'est au Moyen-Orient, plus spécialement dans des contrées inhospitalières comme la vallée de Kerman en Iran, que le pistachier vrai, celui qui produit des fruits à coque, a façonné des paysages de steppes sableuses. L'arbre a forgé son cycle botanique au fil des hivers rigoureux et des étés étouffants, condition *sine qua non* à sa floraison et à la production de pistaches. À l'état sauvage, la pollinisation des



La qualité de la pistache est notamment définie par sa couleur, exprimée en grades. La pistache verte d'Iran (à gauche sur la photo) et la pistache de Bronte de Sicile (à droite) font partie des meilleures.

Les pistaches sont très sensibles à l'oxygène et à l'humidité et leurs qualités s'altèrent rapidement lorsqu'elles sont torréfiées.

arbres femelles est clairement aléatoire, ce qui explique que l'homme ait très tôt domestiqué cette production. Un pistachier mâle fait fructifier environ huit arbres femelles, particularité cocasse dont s'est inspiré le dialecte provençal pour qualifier un homme à femmes. Une petite histoire qui hérite des grandes pérégrinations de cet arbre, au fil de la Route de la soie et au sein de l'Empire romain, qui lui ont permis de s'acclimater sur tout le pourtour méditerranéen. De nombreuses variétés, gustativement très complexes, sont ainsi nées des différents terroirs. L'Egine en Grèce, l'Antep en Turquie, la Mateur en Tunisie ou encore la Bronte qui pousse sur les pentes de l'Etna en Sicile, toutes très prisées pour leurs fruits verts crus. Elles présentent des calibres, des couleurs, des saveurs et des gabarits appréciés pour divers usages. Pour autant, une variété monopolise désormais le marché, la Kerman, originaire d'Iran mais sélectionnée par les agriculteurs américains pour sa grande productivité. Elle est essentiellement grillée et constitue l'essentiel des pistaches vendues dans le monde, notamment pour le snacking. Et résume en grande partie les habitudes gastronomiques françaises vis-à-vis de la pistache, 10 000 tonnes par an quand même.

Quel goût a la pistache ?

Conséquence, le consommateur ne connaît pas réellement la saveur de la pistache. « *La pistache croquée crue n'a pas un goût très prononcé, il faut donc en mettre beaucoup, surtout si elle est associée à d'autres saveurs*, explique le pâtissier Jeffrey Cagnes. *Comme c'est un produit qui coûte cher, des générations entières ont habitué leur palais non pas à la vraie saveur de la pistache, mais à un arôme d'amande amère utilisé pour la renforcer.* » On se méprend aussi sur sa couleur, tirant plutôt sur le marron que sur le vert anis. La qualité d'une pistache est d'ailleurs

mesurée à sa couleur, classée en différents grades, A et S étant les plus prisés. « *J'utilise des grades A ou P+ pour réaliser des suprêmes de pistaches et je préfère garder le grade S pour les décors*, note Frédéric Leblanc, dirigeant de la confiserie Leblanc, à Banon (Alpes-de-Haute-Provence). *Pour les pistaches enrobées, on utilise de la pistache à maturité, avec sa peau qui donne une légère astringence, et on la torréfie, ce qui modifie légèrement sa note aromatique. La pistache contient des sucres et des protéines, donc lorsqu'on la chauffe, ça caramélise. Par contre, il n'y a pas d'intérêt à torréfier une pistache verte qui a un goût bien spécifique, ni à l'enrober pour préserver sa belle couleur.* »

Superaliment, l'allié des sportifs

Le moment de récolte de la pistache est déterminant pour son utilisation future. « *La pistache verte, celle utilisée pour la confiserie et la pâtisserie, est récoltée deux à trois semaines avant d'être totalement mûre. Il faut alors casser la coque pour accéder à l'amandon, ce qui explique qu'elles sont essentiellement vendues décortiquées* », justifie Benoît Dufaÿ, ingénieur agronome. La cueillette est alors généralement manuelle car les coques sont toujours fermement attachées à l'arbre. Lorsqu'elles s'ouvrent, quelques semaines plus tard, le fruit est déjà en partie séché. Dans tous les cas, les fruits sont séchés lentement pour abaisser le taux d'humidité à 6 %, la garantie qu'ils se conserveront une année. Pour autant, ce superaliment a tout pour plaire : des protéines, du sucre, des fibres, des sels minéraux et des vitamines qui en font, à l'instar des autres fruits à coque, un allié des sportifs. Malgré 50 % de matière grasse qui invite à la modération, ces fruits se sont imposés dans les pâtisseries véganes. Mais au prix de cet or vert, celui de la rareté et de la précision, difficile de tomber dans l'excès ! ●



reportage

1, Les chercheurs d'or vert



La pistache a une histoire en France
et elle va renaître de ses cendres.
Une poignée d'agriculteurs est en passe
de réussir le pari de recréer une filière
d'exception de ce fruit à coque, disparu
de nos vergers depuis plus d'un siècle.
L'arboriculteur Jean-Louis Joseph est
l'un des premiers à s'être lancé.
Avec Benoît Dufaÿ, ingénieur agronome,
ils façonnent de manière empirique
la future pistache française.
Plongée au cœur d'une enquête
agricole et gastronomique.

TEXTE : LAURA DURET - PHOTOS : ANNE-CLAIRE HÉRAUD



L

e Luberon sauvage, un triangle vert balisé par le mont Ventoux, la montagne de Lure et la vallée de la Durance. Dans ce territoire aux climats extrêmes, très chaud l'été, rigoureux l'hiver, s'épanouit ce qui sera peut-être la future pépite de la pâtisserie. La pistache française. Il y a quatre ans, une poignée d'agriculteurs s'est lancée à tâtons dans l'ambitieux projet de ramener en France un arbre qui a marqué la culture provençale autant que d'autres cultures méditerranéennes. Clairement, ils essuient les plâtres pour qu'un jour cette culture fasse vivre des exploitations. Et cette année prend un tournant. Les premières grappes sont apparues sur les arbres. À peine arrivé dans le verger niché au creux des collines de La Bastidonne, Benoît Dufaÿ file à travers les rangées de pistachiers. « Jean-Louis, je fais un tour pour essayer d'en repérer. » « Prends une grosse pistache, mais une seule, on doit en avoir jusqu'au 25 septembre. Elles devraient s'ouvrir vers cette date », avertit Jean-Louis Joseph. L'agriculteur taquine le jeune ingénieur agronome, il sait que Benoît est impatient, chaque semaine, d'ausculter les

plants. Il a été spécialement recruté par le tout jeune syndicat agricole France Pistache pour accompagner le développement de la filière. « Si seulement je pouvais les échographier, ce serait plus simple, plaisante-t-il. La coque se développe en premier, et il faut qu'on arrive à comprendre comment le fruit grossit à l'intérieur, à quel moment il est mature. »

La pistache a toujours été présente en Provence sous sa forme sauvage, le térébinthe, mais la culture de la pistache vraie, qui nous intéresse, s'est subitement arrêtée au début du XX^e siècle. « L'objectif de la réintroduction, c'est de voir s'il peut pousser chez nous, dans quelles conditions, et à travers quelles variétés. C'est un arbre adapté au dérèglement climatique et qui amène des perspectives aux agriculteurs qui souhaiteraient se diversifier. Les débouchés sont déjà identifiés, c'est une solution aux problématiques actuelles des paysans », explique Benoît. Sur ces mots, il réapparaît, tenant le graal entre ses doigts. La première Pontikis, une variété grecque, s'est ouverte sur l'arbre. Avec deux semaines d'avance !

La récompense, enfin ! Le frêle amandon, encore enveloppé dans sa fine peau pourpre,



a empli la coque jusqu'à l'éclosion. Pour la première fois depuis qu'il a planté ces arbres, il y a quatre ans, Jean-Louis Joseph peut enfin voir à quoi ressembleront les premières pistaches de Provence. « *J'ai eu plusieurs vies mais alors celle-là, elle me plaît ! C'est extraordinaire !* » À peine ose-t-il la toucher. « *C'est un grand moment d'émotion, je vous le dis... Benoît, tu as fait des photos, n'est-ce pas ?* » Dans ses autres vies, Jean-Louis Joseph a été entrepreneur, maire, élu régional et à la tête des Parcs naturels de la région. À l'heure de la retraite, ce fils de paysan a voulu se consacrer à l'arboriculture, une quinzaine d'hectares d'oliviers, d'arbres truffiers et finalement, de pistachiers. Un homme enraciné en Provence qui a désormais le sentiment de faire renaître un pan de l'histoire agricole de la région.

Façonner la future pistache de France

Tout a commencé en 2018, lorsque le fondateur de l'Occitane en Provence, Olivier Baussan, également propriétaire d'un groupe de confiseries artisanales, envisage de relocaliser son approvisionnement en pistaches, comme il l'a

fait pour l'amande. Avec André Pinatel, également acteur de la relance de l'amande en France, et d'une poignée d'agriculteurs comme Jean-Louis Joseph, ils expérimentent pour mettre au point la pistache de Provence. « *On voudrait la ramasser verte, un mois avant maturité, sur le modèle de la Bronte de Sicile [réputée la meilleure au monde, NDLR]. Au départ, on avait planté de la Kerman, mais je pense que ce n'est pas assez caractéristique de ce qu'on recherche pour marquer le terroir provençal.* » Il préfère la laisser aux producteurs XXL de Californie. La pistache de France sera avant tout dédiée à la confiserie, pas au snacking. Cultivée sur de petites parcelles pour maîtriser la juste maturité d'une pistache verte et très aromatique. Reste à déterminer quelle variété réussira tous les castings.

Il teste donc aussi la Larnaca de Chypre et la Sirora d'Australie, 5 ha en tout, en bio. Mais c'est la Pontikis, une variété améliorée de la réputée pistache Egine qui a pour l'instant sa préférence. « *Je trouve que notre climat ressemble beaucoup à celui de la Grèce. La Pontikis a l'avantage de fleurir une semaine plus tard que l'Egine, ce qui est intéressant pour nous qui*

Jean-Louis Joseph a planté 5 ha de différentes variétés de pistachiers. Chaque année, il affine la sélection pour dénicher celle qui donnera des pistaches en Provence.





sommes quand même sujets à des gelées. Elle se récolte un peu plus tôt, elle s'ouvre un peu plus, elle a pas mal d'avantage.»

Dans le contexte économique français, l'ambition de viabilité de la filière passe par l'excellence du produit, qui puisse être valorisé au maximum. Y compris en bio.

L'or vert, un bon filon ?

Les agriculteurs français comptent beaucoup sur l'expérience de leurs homologues étrangers pour avancer. La semaine précédente, des pépiniéristes grecs sont venus sonder l'état des plans qu'ils ont vendus à Jean-Louis. Et quelques jours plus tard, un spécialiste tunisien renommé, leur mentor, était attendu pour animer un atelier de greffage.

Lancer une filière ne se limite pas à planter des arbres. Il faut constituer un réseau de pépinières, former, imaginer des outils adaptés pour la récolte, installer des casseries pour décortiquer les pistaches... « On observe ce qui se fait un peu partout et on garde ce qui s'adapte le mieux à notre sol et à nos pratiques, précise Benoît Dufaÿ. On a besoin de travailler sur le côté variétal pour les utilisateurs finaux mais

aussi pour les agriculteurs. Toutes les variétés sont spécifiques, certaines ne vont peut-être pas s'adapter à notre territoire. Et c'est peut-être ça aussi qui va nous imposer ce qu'on fera.»

Si c'est bien sur les terres provençales que la pistache de France signera son grand retour, l'initiative fait tache d'huile et commence à coloniser tous les terroirs méditerranéens. Du Vaucluse au Var en passant par l'Aude ou encore la Corse, la filière naissante recense une cinquantaine d'agriculteurs et environ 250 ha de pistachiers. « On vise 2 000 ha d'ici à 2030, mais il y a encore beaucoup de travail pour convaincre les agriculteurs, reconnaît Benoît Dufaÿ. On sait que les débouchés seront là mais ce qui est sûr, c'est que ça restera une filière de niche qui permette de valoriser le produit.»

Pionnier dans la discipline, c'est bien sûr Jean-Louis qui aura la primeur d'une première récolte. Il l'espère dans deux ans. « Cette année, j'ai compté chaque pistache sur mes arbres, ça m'a pris une demi-journée. Il y en a exactement 600. L'année dernière, j'avais un seul arbre avec des grappes. » De bon augure, on lui prédit 500 kg pour l'année prochaine. Pas encore de quoi alimenter les confiseurs et pâtisseries, mais ce serait une première victoire. ●

La confiserie Leblanc, à Banon (Alpes-de-Haute-Provence) sera l'un des premiers clients de la filière française de la pistache. Elle produit déjà tout une gamme, de la pâte de pistache pure aux pistaches enrobées, et se fournit en pistache de Bronte en Italie, en attendant.