

Il y a de la pomme de terre dans l'air!

/ MARCHÉ ET PRODUCTION

/ RECETTES DU MONDE

/ LA DELICIEUSE HISTOIRE
DE LA POMME DE TERRE





1.

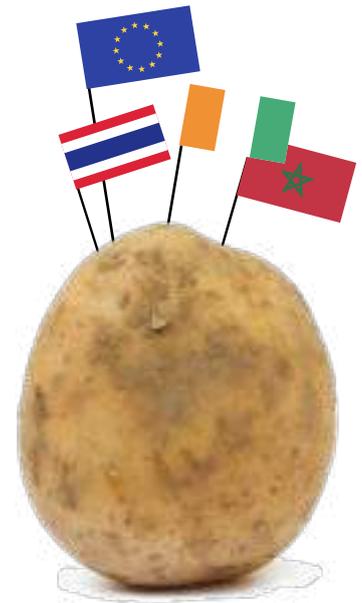
/ MARCHÉ ET PRODUCTION de la pomme de terre

- Parcours de la pomme de terre, du champ aux étals
- Petit tour du marché de la pomme de terre
- La France, 1^{er} exportateur mondial de la pomme de terre

2.

/ RECETTES DU MONDE

- Tour des pays qui ont la patate
- Tortilla au chorizo (Espagne)
- Pitta di patate (Italie)
- Bacalhau à Bras (Portugal)
- Kartoffelsalat (Allemagne)
- Spanakopita (Grèce)
- Knödel (République Tchèque)
- Lohikeitto (Finlande)
- Chakchouka (Maroc)
- Foutou patate (Côte d'Ivoire)
- Thai chicken styr fried (Thaïlande)



3.

/ LA DELICIEUSE HISTOIRE de la pomme de terre

- Des années d'histoire, et toujours dans l'air du temps !
- Un trésor sous la terre
- Plaisir toute l'année ou plaisir de saison ?
- La pomme de terre selon ses envies





LUC CHATELAIN
PRÉSIDENT DU CNIPT

C'est la saison de la récolte des pommes de terre.

Chaque année, près de 6 millions de tonnes de pommes de terre sont sorties de terre entre fin août et fin octobre. Ce volume permet de répondre à la demande des Français et positionne également l'hexagone comme 1er exportateur mondial.

Cette année, les producteurs ont subi des retards dans les récoltes un peu partout en France. Les conditions climatiques de l'été ont perturbé le développement des tubercules mais également les récoltes de blé. Il a fallu terminer les moissons et patienter avant de débiter l'arrachage des pommes de terre.

Les femmes et les hommes de la filière pommes de terre travaillent avec du vivant. Le réchauffement climatique, les évolutions réglementaires et les exigences environnementales en production et dans le commerce, sont autant de variables auxquelles la filière doit s'adapter pour maintenir le degré de satisfaction du consommateur. Elle a besoin de temps et de moyens pour y parvenir et de nombreux travaux sont déjà en cours pour préparer l'avenir.

En magasin, les consommateurs ont tendance à choisir à l'œil et privilégient les pommes de terre belles, à la peau lisse, uniforme. Il ne faut pas oublier que les pommes de terre de catégorie 2 peuvent être tout aussi bonnes que celles de catégorie 1.

Légume préféré des Français, 52kg de pommes de terre sont consommées par an et par habitant. La pomme de terre se marie à tout type d'ingrédient et se cuisine de multiples façons : on ne s'en lasse jamais. Nous vous proposons de voyager en Europe et un peu plus loin, et découvrir en recettes les pays où la pomme de terre française est exportée.

Bon voyage et bonne dégustation.

OCTOBRE/
2021/

PARTIE 1

MARCHÉ

ET PRODUCTION

de la pomme
de terre

PARCOURS DE LA POMME DE TERRE

DU CHAMP AUX ÉTALS

Producteurs, négociants conditionneurs, détaillants et enseignes de la grande distribution...

De la plantation à la consommation, la pomme de terre suit un parcours qui fait appel à de nombreux métiers et savoir-faire.



AUX CHAMPS

C'est au printemps, que débute la plantation. Après avoir creusé des sillons espacés de 70 cm environ, le producteur y dépose délicatement ses plants.

Puis il remonte la terre pour former une butte. Cette technique du « buttage » permet aux futures pommes de terre de pousser à l'abri de la lumière.

Les semaines qui suivent, tandis qu'une fleur se forme à l'extérieur, sous la terre les tubercules fils se développent (entre 10 et 20 par plant).

Après avoir veillé sur son champ tout l'été, l'agriculteur coupe toutes les tiges et les feuilles.

Ce « défanage » assure aux tubercules la fin de leur croissance. Les pommes de terre ne grossissent plus et fabriquent leur peau.



RÉCOLTE ET STOCKAGE

Trois semaines plus tard, la récolte peut débuter. Grâce à une machine agricole appelée « arracheuse », l'agriculteur va récolter les pommes de terre. La machine soulève la terre et les pommes de terre sans les abîmer. C'est important car la moindre « blessure » en dégraderait fortement la qualité et pourrait mettre en péril leur commercialisation. Une couche de terre protectrice est conservée autour d'elles. Les pommes de terre sont alors stockées dans des caisses-palettes d'environ une tonne directement à la ferme ou chez le conditionneur, dans des hangars adaptés. Pour que les qualités visuelles, gustatives et nutritionnelles des tubercules soient conservées, ils sont stockés non lavés, dans un hangar ventilé, au frais (6°) et dans le noir.



JUSQU'ÀUX ÉTALS

Les pommes de terre font l'objet de tests : analyse de leur taux de matière sèche afin de connaître la cuisson la mieux adaptée, conformité à la réglementation sanitaire, calibrage. Elles sont ensuite triées, lavées, et classées avant d'être emballées et expédiées dans les magasins. Les emballages doivent obligatoirement comporter une étiquette précisant leur variété, leur origine et leur calibre. En points de vente, les pommes de terre sont vendues en vrac, en filets, en barquettes, en sachets micro-ondables,...

PETIT TOUR DU MARCHÉ

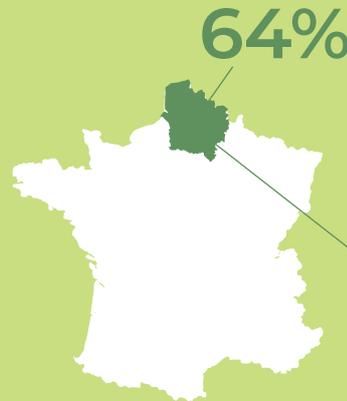
DE LA POMME DE TERRE

LA PRODUCTION FRANÇAISE ET SES RÉGIONS

La production française de pommes de terre pour la consommation est de 6,1 millions de tonnes.

La France est le **2^{ÈME PRODUCTEUR EN EUROPE DE L'OUEST}**, derrière l'Allemagne. La culture de la pomme de terre représente aujourd'hui 153 000 ha, répartis sur 8 000 exploitations agricoles professionnelles.

Une production supplémentaire de 130 000 tonnes selon les années est estimée pour les pommes de terre de printemps, et de 65 000 tonnes en Bio.



Les pommes de terre se plaisent dans les régions tempérées et humides, et dans les grands espaces.

Leur production est concentrée au Nord de la Loire et dans la région des **HAUTS-DE-FRANCE** qui représente à elle seule les deux tiers de la production nationale.

DES DÉBOUCHÉS MULTIPLES

47%

EXPORT

Avec 2,9 millions de tonnes exportées en moyenne chaque année (frais et industrie), la France est le premier exportateur mondial de pommes de terre.



18%

MARCHÉ FRANÇAIS DU FRAIS

Ce marché est largement auto-suffisant. Il représente près d'un cinquième de la production française.

18%

MARCHÉ FRANÇAIS DE L'INDUSTRIE

Les deux tiers des tonnages utilisés en transformation servent pour la fabrication de frites surgelées et de purées en flocons.

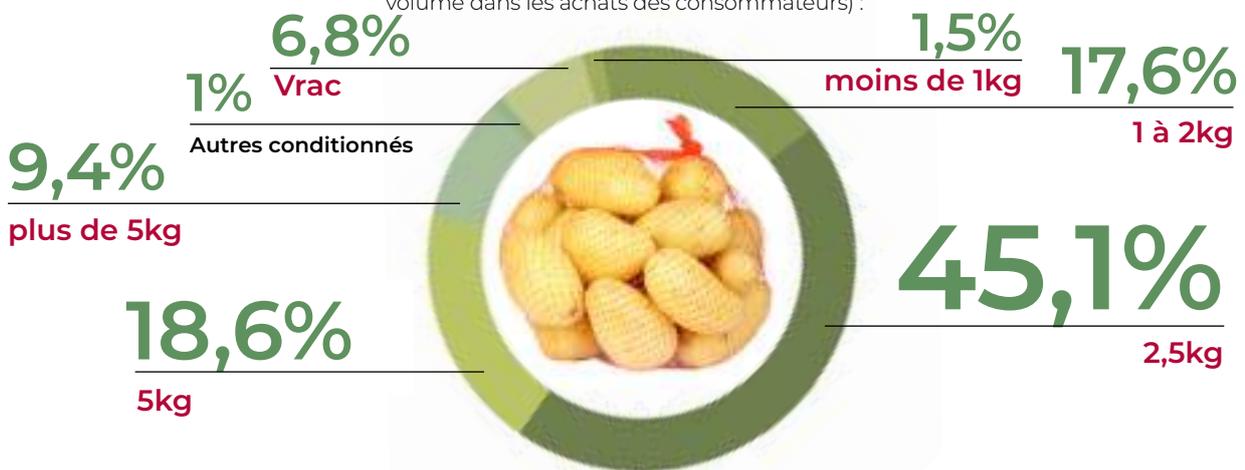
16%

LE RESTE DE LA PRODUCTION

correspond à des pommes de terre destinées à l'alimentation animale, à des pertes et à l'autoconsommation par les agriculteurs.

DES EMBALLAGES ADAPTÉS EN GMS

Près de **250 VARIÉTÉS** sont présentes dans les magasins et sur les marchés. Parmi elles, **23 REPRÉSENTENT 80% DES VARIÉTÉS** le plus souvent rencontrées. Pour répondre à toutes les demandes, **DIFFÉRENTS EMBALLAGES** sont proposés (parts de marché en volume dans les achats des consommateurs) :



LA PRODUCTION FRANÇAISE

 **6,7**
MILLIONS DE TONNES

 **65 000**
TONNES en bio

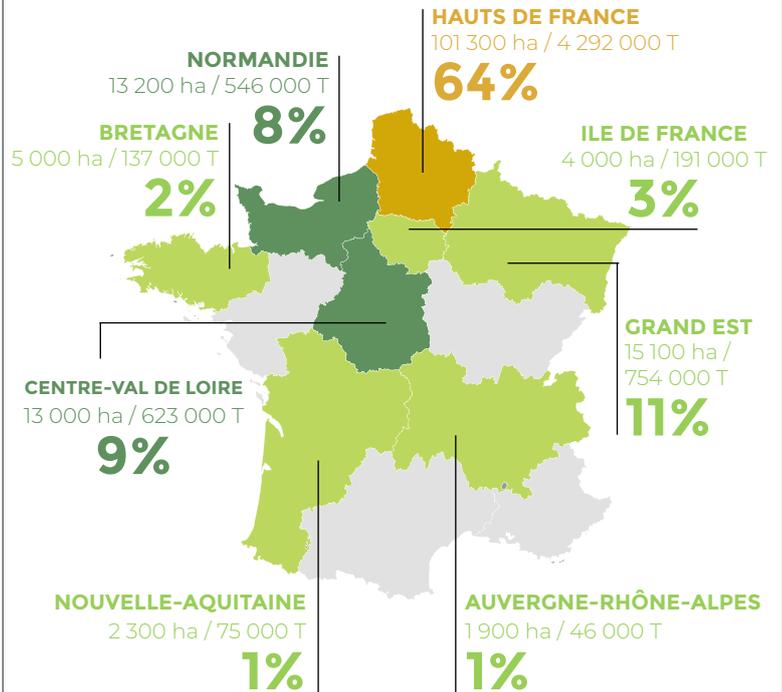
 **8 500**
EXPLOITATIONS

130 000
TONNES de pommes de terre
de printemps

2^{ème}


PRODUCTEUR D'EUROPE
DE L'OUEST

LES RÉGIONS DE PRODUCTION



LES DÉBOUCHÉS

47%
EXPORT (frais et industrie)

1^{er}
EXPORTATEUR
MONDIAL


250 ENTREPRISES
de conditionnement
dont 45 commercialisent
plus de 10.000 t

18%
MARCHÉ FRANÇAIS
DU FRAIS


18%
MARCHÉ FRANÇAIS DE
L'INDUSTRIE


LES FRANÇAIS ET LA POMME DE TERRE

★★★★★
8,4 sur **10**
EST LA NOTE donnée par
les Français à la pomme de terre

98%
DES FRANÇAIS achètent
des pommes de terre fraîches



80%
la considèrent comme un
produit « PAS CHER »

8
EST LE DÉLICIEUX NOMBRE,
en moyenne, de manières de cuisiner
la pomme de terre par les Français !


LA CONSOMMATION


52kg
DE POMMES DE TERRE
PAR AN ET PAR HABITANT,
DONT 20 À 25 KG EN FRAIS

62%
EN CUISINENT AU MOINS
UNE FOIS PAR SEMAINE
(vs pâtes 78%, riz 57%,
légumes frais 82%,
produits à base de pomme
de terre 41%)


11
ACTES D'ACHAT
PAR AN EN MOYENNE


1,11€/kg
LE PRIX MOYEN PAYÉ
PAR LES CONSOMMATEURS
EN 2020-21
(tous circuits confondus)


LA FRANCE, 1^{ER} EXPORTATEUR MONDIAL DE LA POMME DE TERRE

LA FRANCE se situe sur la plus haute marche du podium mondial des pays exportateurs de pommes de terre, avec 3 millions de tonnes vendues hors territoire. Ce volume représente près d'une pomme de terre sur deux récoltées dans l'hexagone.



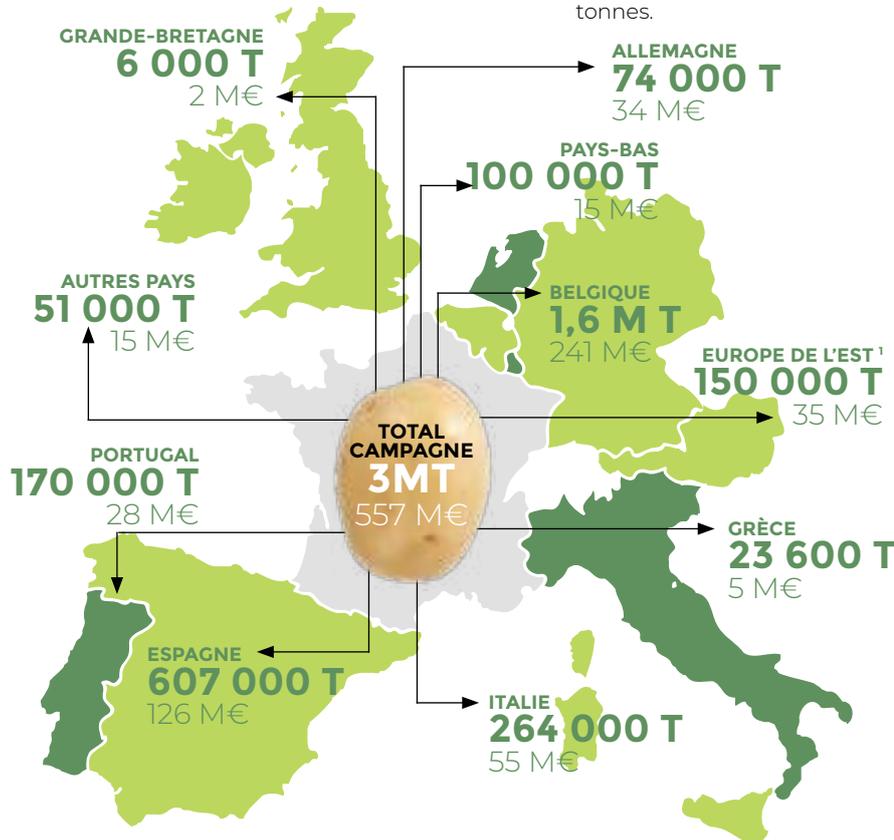
La pomme de terre est d'ailleurs **LE LÉGUME FRANÇAIS LE PLUS EXPORTÉ** et représente 46% des ventes de fruits et légumes à l'export !



SUR 6,1 MILLIONS de tonnes de pommes de terre récoltées en 20-2021, **3 MILLIONS ONT ÉTÉ EXPORTÉES**, dont **1,4 MILLION À DESTINATION DU MARCHÉ DU FRAIS** et **1,6 MILLION À DESTINATION DE L'INDUSTRIE** (frites surgelées, chips, purée en flocons...).

FLUX D'EXPORTATIONS DE LA FRANCE VERS PAYS/RÉGIONS DU MONDE

LES PAYS IMPORTATEURS SONT PRINCIPALEMENT NOS PARTENAIRES EUROPÉENS HISTORIQUES : la Belgique (pour l'industrie), l'Espagne (marché du frais), l'Italie, le Portugal mais aussi l'Allemagne et les Pays-Bas qui exportent également respectivement 1,8 million et 1 million de tonnes.



L'OFFRE FRANÇAISE EST APPRÉCIÉE ET RECONNUE À TRAVERS LE MONDE POUR SES QUALITÉS GUSTATIVES (à noter que la notion de « chair ferme » est une spécificité française), visuelles (les pommes de terre sont belles et cultivées dans différents terroirs appropriés au bon développement des tubercules), mais aussi pour la complémentarité qu'elle apporte à l'offre de nos voisins européens.

LES PRODUCTEURS ET NÉGOCIANTS EXPORTENT ÉGALEMENT VERS des pays plus éloignés, mais les volumes ne représentent aujourd'hui que 2% du total des exportations françaises. Cette stratégie de conquête de marché est soutenue par des actions communes proposées par l'interprofession, auprès de pays à fort potentiel comme le Vietnam, les Émirats arabes unis, la Côte d'Ivoire...

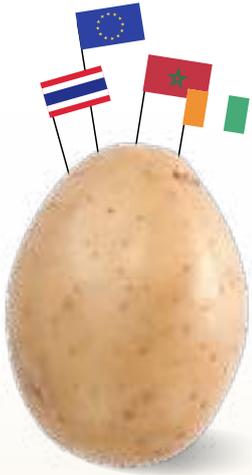
(1) Bulgarie, Hongrie, Lituanie, Pologne, République tchèque, Roumanie, Russie, Slovaquie, Slovénie, Serbie, Croatie

Sources : CNIPT - Agreste - Eurostat - Douanes françaises en 2020-21

PARTIE 2

**RECETTES
DU MONDE**





TOUR DES PAYS QUI ONT LA PATATE

Le volume de pommes de terre produites en France permet de répondre aux besoins du marché français mais aussi de traverser les frontières : une pomme de terre française sur deux est exportée. Cela classe la France à la place de 1^{er} exportateur mondial de pommes de terre.

Mais dans quels pays peut-on consommer des pommes de terre françaises ?

ZOOM SUR LES PAYS IMPORTATEURS ET LES RECETTES EMBLÉMATIQUES OU REVISITÉES À BASE DE POMMES DE TERRE.

La pomme de terre française voyage en Europe...

La Belgique a toujours la frite française. C'est le 1^{er} pays importateur de pommes de terre françaises (53%*) qui sont majoritairement transformées en frites et produits surgelés, tout comme aux **Pays-Bas** (3%*). Sur le marché du frais, ce sont les **Espagnols** (20%*) qui font la ola des exportations françaises. Suivis des **Italiens** (9%*) et des **Portugais** (6%*). Avec le brexit, les **Anglais** ont été moins demandeurs mais 0,2% de pommes de terre françaises exportées ont traversé la Manche. En **Allemagne** (2,5%*), les pommes de terre à chair ferme ont la côte ! Cela tombe bien, c'est ce qu'il faut pour préparer une Kartoffelsalat (salade de pommes de terre) ! En **Grèce** aussi les pommes de terre françaises s'invitent à table sous un air de sirtaki (0,8%*). Et en Europe de l'Est, le voyage se poursuit au son de la musique tzigane (5%*) avant de bifurquer au nord et admirer les aurores boréales en **Finlande**...



...Et dans le reste du monde

Le grand export ne représente que 1,7% des volumes exportés. Néanmoins, les producteurs et négociants français travaillent, avec l'aide de courtiers en pommes de terre, pour alimenter des marchés demandeurs. On retrouvera ainsi des pommes de terre françaises dans des pays plus lointains comme la **Thaïlande**, les **Émirats-arabes-unis** ou la **Côte d'Ivoire**...



Bon voyage et bonne dégustation !

ESPAGNE

Tortilla au chorizo

Plat typique espagnol à base de pommes de terre, la tortilla est facile à préparer et adaptable à l'infini !

4 pers 45 min

INGREDIENTS

500 g de pommes de terre pour cuisson rissolée

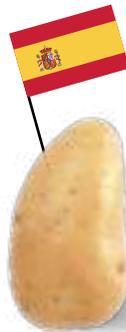
1 oignon

6 œufs

8 tranches de chorizo espagnol

3 càs d'huile d'olive

Sel et poivre



Pelez les pommes de terre et coupez-les en dés.

Épluchez et ciselez finement l'oignon. Dans une poêle, **faites chauffer** 1 càs d'huile d'olive et faites revenir les oignons jusqu'à ce qu'ils soient translucides. **Réservez**.

Faites rissoler les pommes de terre. **Ajoutez** les oignons et **mélangez**.

Dans un saladier, **battez** les œufs en omelette, **salez, poivrez**, puis incorporez les pommes de terre rissolées et les oignons.

Faites chauffer l'huile d'olive restante dans une poêle à bords hauts.

Versez la moitié de la préparation, **recouvrez** de tranches de chorizo et **ajoutez** le reste de la préparation. **Faites cuire** environ 8 à 9 min à feu doux jusqu'à ce que les bords se décollent facilement. **Retournez** la tortilla sur une assiette.

Faites-la glisser dans la poêle et **poursuivez** la cuisson pendant 7 à 8 min.

Dégustez votre tortilla au chorizo, chaude, tiède ou même froide en tapas !

ITALIE

Pitta di patate

Ce plat typique italien à base de purée de pommes de terre conviendra à coup sûr à toute la famille !

4 pers 1h05

INGREDIENTS

1,2 kg de pommes de terre à purée

400 g de pulpe de tomate

200 g de pecorino râpé

1 œuf - 1 petit oignon

12 olives noires dénoyautées

10 câpres

Un peu de chapelure

Sel, poivre du moulin huile d'olive



Lavez les pommes de terre et **faites-les cuire** 20 min environ après ébullition dans une casserole d'eau salée. **Arrêtez** la cuisson en les passant sous l'eau froide puis **épluchez-les** et **écrasez-les** en purée à l'aide d'une fourchette.

Ajoutez le pecorino râpé et l'œuf battu.

Salez, mélangez puis **réservez**.

Épluchez et émincez finement l'oignon.

Faites-le revenir dans l'huile d'olive 8 à 10 min jusqu'à ce qu'il soit bien tendre. **Versez** la pulpe de tomates et **prolongez** la cuisson 12 à 15 min jusqu'à ce que le jus soit presque complètement absorbé.

1 min avant la fin de la cuisson, **ajoutez** les câpres et les olives en rondelles.

Préchauffez le four à 180°C (th.6).

Huilez légèrement le plat à gratin et **déposez** une couche d'écrasé de pommes de terre, la préparation à la tomate sur la surface et **recouvrez** du reste d'écrasé.

Arrosez d'un filet d'huile, **saupoudrez** de chapelure et **enfournerez** 30 à 35 min jusqu'à ce que le gratin soit bien doré.

Ce gratin se déguste chaud, tiède ou froid en anti pasti !

PORTUGAL



Balcalhau à Bras

Découvrez cette recette traditionnelle portugaise à base de morue et de pommes de terre allumettes frites, un délice !



INGREDIENTS

300 g de pommes de terre pour frites
600 g de morue
1 gros oignon
2 gousses d'ail
2 càs d'huile d'olive
2 càs d'huile de tournesol
6 œufs
12 olives noires
Quelques brins de persil plat
Poivre du moulin



La veille, **faites** dessaler la morue dans de l'eau en renouvelant l'eau régulièrement.

Le jour de la préparation, **retirez** les arêtes et effeuillez la morue du bout des doigts.

Dans une poêle, **faites revenir** les oignons dans l'huile de tournesol et l'huile d'olive.

Pressez l'ail. **Déposez** les morceaux de morue et faites dorer 5 min. **Réservez.**

Préparez les frites allumettes. **Épluchez** les pommes de terre, taillez des tranches fines à l'aide d'une mandoline. **Découpez** les tranches en allumettes fines et régulières puis **sez** sous l'eau et **sechez** à l'aide d'un torchon propre. **Chauffez** l'huile de friture à 160°C (th.5-6). **Déposez-les** dans l'huile de friture et **faites-les** précuire 4 à 6 min. **Égouttez-les** sur du papier absorbant. **Déposez les** frites allumettes avec la morue cuisinée dans la poêle, **mélangez** et **prolongez** la cuisson 5 à 7 min.

Dans un saladier, **battez** les œufs en omelette et **poivrez**. Une minute avant la fin de la cuisson, **versez** les œufs battus dans la poêle et **mélangez** à la préparation.

Parsemez de persil ciselé et **déposez** quelques olives juste avant de servir !

ALLEMAGNE



Kartoffelsalat

Cette salade de pommes de terre emblématique est parfaite en accompagnement.



INGREDIENTS

600 g de pommes de terre pour cuisson vapeur
25 cl de bouillon de légumes (ou volaille)
1 càc de moutarde
1 càs d'huile d'olive
1 càs de sucre en poudre
2 gros cornichons
1 petit oignon
Quelques brins de ciboulette
Quelques feuilles de persil plat

Lavez puis **plongez** les pommes de terre dans une casserole d'eau salée.

Portez à ébullition et **faites cuire** 20 min environ. **Laissez** légèrement refroidir puis épluchez-les et coupez-les en deux si nécessaire. **Réservez.**

Taillez les cornichons en rondelles. Émincez finement l'oignon **Réservez.**

Ciselez finement les herbes.

Dans un bol, **mélangez** le bouillon, la moutarde, l'huile d'olive et le sucre.

Dans un saladier, **mélangez** les pommes de terre, les rondelles de cornichons, l'oignon, les herbes ciselés et le bouillon.

Placez la salade au frais pendant au moins 30 min avant de déguster.



GRÈCE

Spanakopita

Les pommes de terre s'invitent dans ce plat incontournable de la cuisine grecque.

 4 pers  32-35 min

INGREDIENTS

-16 SAMOUSSA-

200 g de pommes de terre pour cuisson vapeur/ à l'eau

200 g de feuilles d'épinards

200 g de Féta

8 feuilles de brick

1 filet d'huile d'olive

1 oignon frais

Quelques feuilles de persil plat

Sel, poivre du moulin



Plongez les pommes de terre dans une casserole d'eau salée et **faites cuire** 20 min après ébullition. **Égouttez et réservez.**

Ciselez finement l'oignon.

Faites revenir l'oignon émincé dans un filet d'huile d'olive jusqu'à ce qu'il soit tendre.

Ajoutez les feuilles d'épinards et **prolongez** la cuisson 3 à 4 min jusqu'à ce que les feuilles d'épinards soient cuites et qu'elles aient rendu toute leur eau.

Préchauffez le four à 180°C (th.6).

Épluchez les pommes de terre, **taillez-les** en dés et **mélangez** hors du feu avec les épinards et la Féta émietlée.

Salez, poivrez et **parsemez** de persil ciselé.

Coupez les feuilles de brick en deux.

Déposez une grosse cuillère à café de garniture sur le côté droit de la feuille de brick. Repliez la feuille en triangle pour confectionner les samoussas.

Répétez l'opération jusqu'à épuisement des ingrédients.

Déposez les samoussa sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé et **enfournez** 12 à 15 min jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés.

RÉPUBLIQUE TCHÈQUE

Knödel à la pomme de terre

Ces petites boules de pommes de terre pochées sont la promesse d'un plat réconfortant.

 4 pers  1h45

INGREDIENTS

500 g de pommes de terre à purée

100 g de semoule de blé fine

150 g de farine

2 jaunes d'œuf

25 g de beurre fondu

1l de bouillon de bœuf

Quelques feuilles de persil

Sel, poivre du moulin



Épluchez et **lavez** les pommes de terre.

Plongez-les dans une casserole d'eau salée et **faites cuire** 20 min environ après ébullition.

Égouttez-les et **écrasez-les** à l'aide d'une fourchette.

Laissez légèrement **refroidir** et versez le beurre fondu, la semoule et la farine.

Mélangez jusqu'à l'obtention d'une préparation homogène, **incorporez** les jaunes d'œuf et **mélangez de nouveau** avant de placer la pâte au réfrigérateur 1h environ.

Une fois la pâte refroidie, **confectionnez** des boules de la taille d'une noix et **pochez-les** dans l'eau bouillante 3 à 4 min.

Faites chauffer le bouillon et **incorporez** les knödels.

Salez, poivrez et **parsemez** de persil ciselé juste avant de déguster.

FINLANDE

Lohikeitto

Cette soupe crémeuse de pommes de terre et saumon est un plat commun des pays nordiques qui réchauffe les soirées d'hiver.



INGREDIENTS

200 g de pommes de terre pour cuisson vapeur

1 petit poireau

1 gousse d'ail

2 carottes

2 càs de fumet de poisson

80 cl d'eau

300 g de crème fraîche liquide

250 g de pavé de saumon frais (sans peau)

100 g de saumon fumé

Quelques brins de thym, 2 feuilles de laurier, quelques brins d'aneth

Sel, poivre du moulin

Épluchez et lavez les légumes. Coupez les pommes de terre en gros cubes, le poireau en tronçons et les carottes en rondelles.

Dans un faitout, faites-les revenir dans un filet d'huile d'olive et ajoutez la gousse d'ail pelée, le thym et le laurier. Couvrez d'eau, incorporez le fumet de poisson, salez, poivrez et faites chauffer à feu doux 45 min à couvert.

Préparez les saumons : enlevez les arêtes du pavé de saumon frais et taillez-le en gros cubes. Découpez le saumon fumé en fines lanières.

Plongez les cubes de saumon frais dans la préparation pendant 4 à 5 min. Versez la crème liquide et mélangez délicatement.

Servez dans des bols votre lohikeitto bien chaud parsemé de lanières de saumon fumé, de poivre et d'aneth juste avant de déguster !



©CNIPT Amélie Roche

MAROC

Chakchouka aux pommes de terre

Cette spécialité culinaire maghrébine se marie parfaitement avec les pommes de terre.



INGREDIENTS

250 g de pommes de terre pour cuisson rissolée

2 càc de paprika

1 oignon

1 poivron rouge

1 filet d'huile d'olive

2 gousses d'ail

1 càc de cumin moulu

400 g de tomates concassées

Sel et poivre du moulin

4 oeufs

Quelques feuilles de coriandre

Préchauffez le four à 210°C (th.7).

Épluchez et coupez les pommes de terre en cubes. Lavez-les et séchez-les.

Dans une poêle qui convient également pour une cuisson au four, faites chauffer l'huile et faites cuire les cubes de pommes de terre à feu vif 4 à 5 min en remuant. Poursuivez la cuisson à feu doux et à couvert 10 à 12 min jusqu'à ce que les pommes de terre soient bien tendres et bien dorées.

Ajoutez les épices, mélangez puis réservez. Pelez l'ail et émincez finement l'oignon.

Lavez, épépinez et taillez les poivrons en lanières.

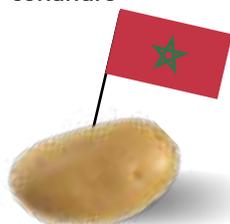
Ajoutez un filet d'huile d'olive dans la poêle et faites revenir l'oignon et le poivron 10 à 12 min. Pressez l'ail et prolongez la cuisson de 2 min. Ajoutez les tomates concassées avec un peu de jus. Salez, poivrez et laissez mijoter environ 10 min.

Hors du feu, ajoutez les pommes de terre rissolées et mélangez rapidement.

Creusez 4 petits trous dans la préparation et cassez-y les œufs.

Enfournez 5 à 7 min jusqu'à ce que les blancs soient cuits.

Saupoudrez légèrement de paprika et parsemez de coriandre fraîche ciselée juste avant de servir.



©CNIPT Amélie Roche

CÔTE D'IVOIRE

Foutou patate

Découvrez cette revisite du célèbre foutou banane, plat typique de Côte d'Ivoire. Ces boulettes de pommes de terre et bananes plantain vont surprendre vos convives !



4 pers



45 min

INGREDIENTS

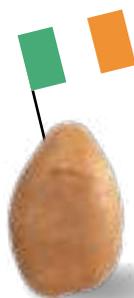
-12 À 15 BOULETTES-

500 g de pommes de terre pour purée

4 bananes plantain

1 pincée de piment de Cayenne

De l'huile de friture



Plongez les pommes de terre dans une casserole d'eau salée et **faites cuire** 20 min après ébullition. **Passez-les** sous l'eau froide, **épluchez-les** et **écrasez-les** grossièrement en purée à l'aide d'une fourchette.

Pelez et **faites cuire** les bananes plantain à la vapeur ou à l'eau 10 à 12 min. **Écrasez-les** à la fourchette et **mélangez-les** à la purée de pommes de terre. **Ajoutez** une pincée de piment de Cayenne.

Dans une poêle ou une friteuse, **faites chauffer** l'huile.

Confectionnez de grosses boules d'environ 4 cm de diamètre et **plongez-les** dans l'huile jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées.

Dégustez vos foutous patates à l'apéritif avec une sauce piquante ou en accompagnement d'une viande en sauce ou d'un poisson grillé.

Thaï chicken styr fried

Découvrez cette recette de poulet thaï aux pommes de terre qui fait voyager les papilles.



4 pers



1h05

INGREDIENTS

200 g de pommes de terre

400 g de blanc de poulet

2 càs d'huile d'olive

200 g de feuilles d'épinards

1/2 poivron jaune

1/2 poivron rouge

1 carotte

1 oignon frais

1 gousse d'ail

½ cm de gingembre frais râpé

Quelques grains de sésame

Quelques brins de coriandre



Plongez les pommes de terre dans une casserole d'eau salée et **faites cuire** 20 min environ après ébullition. **Égouttez**, **épluchez** puis **coupez-les** en dés.

Épluchez la carotte et **taillez-la** en fins bâtonnets. **Lavez**, **épépinez** et **taillez** les poivrons en brunoise. **Coupez** les blancs de poulet en dés. **Ciselez** finement l'oignon.

Préparez la sauce : dans un bol, mélangez la fécule de maïs et l'eau. **Versez** le bouillon de volaille, la sauce soja, le miel, l'huile de sésame et le piment. **Mélangez** et **réservez**.

Dans un wok, **faites chauffer** une càs d'huile d'olive, **pressez** l'ail et **râpez** le gingembre. **Mélangez** et **faites revenir** 1 à 2 min. **Ajoutez** les dés de poulet et **prolongez** la cuisson 6 à 7 min jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés.

Réservez dans un saladier.

Faites revenir les dés de poivrons et les bâtonnets de carottes dans le wok jusqu'à ce qu'ils soient tendres. **Rajoutez** le poulet, les feuilles d'épinard, les dés de pommes de terre et **mélangez** encore pendant 3 à 4 min.

Versez la sauce dans le wok et **portez** à ébullition jusqu'à ce qu'elle épaississe et nappe les ingrédients.

Parsemez de coriandre fraîche et de grains de sésame juste avant de déguster.

THAÏLANDE

POUR LA SAUCE :

1 càs de fécule de maïs

2 càs d'eau

60 ml de bouillon de volaille

3 càs de sauce soja

4 càs de miel

1 càs d'huile de sésame grillé

1/2 càc de piment séché

(selon les goûts)

OCTOBRE / 2021

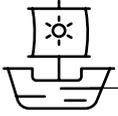
PARTIE 3

LA DÉLICIEUSE

HISTOIRE

de la pomme
de terre

LA POMME DE TERRE ?

DES ANNÉES D'HISTOIRE, ET TOUJOURS
DANS L'AIR DU TEMPS !LA POMME DE TERRE,
C'EST UNE LONGUE HISTOIRE !

L'histoire de la pomme de terre commence il y a environ 8 000 ans sur les hauts plateaux de la Cordillère des Andes. Présente à l'état sauvage, elle est cultivée puis domestiquée par les peuples andins il y a 7 000 ans. Améliorée au fil des siècles, elle fait son apparition en Europe au retour des caravelles des conquistadors au temps des Grandes Découvertes.

Les Espagnols, les Anglais et les Irlandais sont les premiers à la cultiver dès la deuxième moitié du XVI^e siècle, mais la France la boude...



La pomme de terre doit beaucoup à Antoine-Augustin Parmentier, pharmacien aux armées qui démontre en 1772 qu'elle a toutes les qualités nutritives pour répondre aux besoins de la population et résoudre les famines endémiques qui ravagent la France. Destinée jusqu'alors à l'alimentation animale et aux plus démunis, la pomme de terre a malgré tout mauvaise réputation.

Antoine-Augustin Parmentier a une idée de génie en proposant au roi de planter des champs de pommes de terre et de les faire surveiller par des soldats, le jour uniquement. Pensant que ce légume doit être précieux pour être ainsi gardé, le peuple s'empresse d'en voler la nuit, assurant alors sa publicité. C'est ainsi que la longue histoire d'amour de la pomme de terre avec les Français démarra !

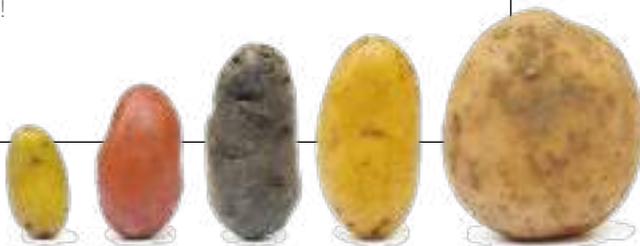
Sa culture se généralise aussi aux États-Unis, où les colons en font rapidement leur alimentation de base. Au XIX^e siècle, elle achève de conquérir le monde. D'abord consommée bouillie ou rôtie, la pomme de terre est cuisinée sous toutes ses formes, célébrée par les cuisiniers et les gastronomes.

UNE DIVERSITÉ
TOUJOURS
À L'ORDRE DU JOUR !

DÈS SON ARRIVÉE EN EUROPE, la pomme de terre surprend par la diversité de ses formes et de ses couleurs.

Antoine-Augustin Parmentier cite une quarantaine de variétés en **1777**, un premier inventaire en recense 177 en 1846, puis Henri de Vilmorin en répertorie 630 en 1881 dans son célèbre catalogue.

AUJOURD'HUI, il existe plusieurs milliers de variétés de pomme de terre dans le monde entier, inscrivant encore et toujours ce véritable aliment universel à l'ordre du jour !



LA POMME DE TERRE ?

UN TRÉSOR SOUS LA TERRE

Des fleurs blanches, roses ou encore violettes, la partie aérienne de la pomme de terre, qui peut atteindre 1 mètre de hauteur, nous gâte avec ses belles couleurs ! Mais c'est sous la terre, comme l'indique son nom latin *Solanum tuberosum esculentum*, que se trouve son véritable trésor gourmand : ses tubercules ! Ces organes de réserve où s'accumule l'amidon se développent par transformation d'une tige souterraine (comme le topinambour), et non de sa racine (comme la carotte).



UN TRÉSOR QUE L'ON CHOUCROUTE PATIEMMENT...

Parcours de la pomme de terre en **6 ÉTAPES** de petits soins !



PLANTATION : elle se fait au printemps, une fois les gelées terminées et le sol réchauffé. Les plants sont déposés délicatement dans des sillons. La terre est remontée autour des plants : c'est le « buttage », qui peut avoir lieu le même jour ou quelques jours plus tard. Les futures pommes de terre se formeront ainsi à l'abri de la lumière.



LEVÉE : un mois plus tard, la plante commence à pousser grâce aux réserves nutritives contenues dans le plant.



FLORAISON : au début de l'été, la plante fleurit, et dans la terre, de nouveaux tubercules commencent à apparaître. Chaque plant produit 10 à 20 tubercules.



GROSSISSEMENT DES TUBERCULES : Durant l'été, les tubercules vont poursuivre leur croissance sous la terre.



DÉFANAGE : à la fin de l'été, les tiges et les feuilles sont coupées. Ce « défanage » assure aux tubercules la fin de leur croissance. Ils ne grossissent plus mais fabriquent leur peau.



RÉCOLTE : trois semaines plus tard, la récolte peut débuter. Elle se fait à l'aide d'une machine appelée « arracheuse » qui soulève ensemble la terre et les pommes de terre. Cela permet de ne pas les abîmer.

Le saviez-vous ?

D'UN POINT DE VUE BOTANIQUE, en tant que tubercule d'une plante potagère, la pomme de terre est un légume. Comme les légumes, elle contient des vitamines, des fibres et des minéraux.

D'UN POINT DE VUE NUTRITIONNEL, sa richesse en amidon la répertorie dans la catégorie des féculents. Elle est donc à la fois légume et féculent !

PLAISIR TOUTE L'ANNÉE

OU

PLAISIR DE
SAISON ?

I

L'N'Y A PLUS DE SAISON DIT-ON.

Heureusement, les pommes de terre contredisent le dicton.

Présentes toute l'année dans les rayons, elles sont dites « de primeur » ou « de conservation » selon la durée de leur cycle de culture, les variétés et les régions de production. La plantation a lieu entre la fin de l'hiver et le début du printemps.

« POMMES DE TERRE DE PRIMEUR » :

ce sont les premières pommes de terre de l'année. Elles sont récoltées dans les régions au climat doux, à partir d'avril-mai, avant leur complète maturité (leur peau n'est pas complètement formée). Elles sont présentes sur les étals jusqu'à la mi-août et doivent être consommées rapidement après l'achat. Annonciatrices des beaux jours, elles ont une peau claire et fine, une chair fondante et une saveur délicate légèrement sucrée.

« POMMES DE TERRE DE CONSERVATION » :

elles sont récoltées entre août et octobre, à complète maturité. Elles ont alors atteint un calibre optimal, leur peau est constituée, l'amidon formé. Elles peuvent ainsi être conservées longtemps, et sont présentes quasiment toute l'année sur les étals. Les pommes de terre « de conservation » sont essentiellement cultivées dans des régions tempérées et humides, au nord de la Loire, et en particulier dans les Hauts-de-France.



LA POMME DE TERRE ?

ON LA CHOISIT SELON SES ENVIES !

Cuisinées au four, rissolées, frites, en salade..., selon leurs spécificités, les pommes de terre s'expriment chacune à leur manière et s'adaptent à nos envies. Il suffit juste de les choisir en fonction de ce que l'on veut faire !



LES "VAPEUR, RISSOLÉES"

Ce sont des variétés à chair ferme qui ont une excellente tenue et ne noircissent pas à la cuisson. Idéales pour les cuissons à la vapeur ou à l'eau, elles se cuisinent également à la poêle, sautées ou rissolées.

Les variétés fréquemment proposées en "Vapeur, rissolées":

Amandine ¹, Franceline ²,
Charlotte ³, Chérie ⁴,
Annabelle ⁵
ou encore Gourmandine



LES "FOUR, PURÉE"

Ce sont des pommes de terre adaptées à la cuisson « baker » au four (entières en robe des champs). Avec leur texture fondante, elles sont également parfaitement adaptées pour des purées, potages, plats mijotés, gratins et plats au four.

Les variétés fréquemment proposées en "Four, purée":

Samba ⁶, Agata ⁷, Monalisa ⁸
ou encore Melody

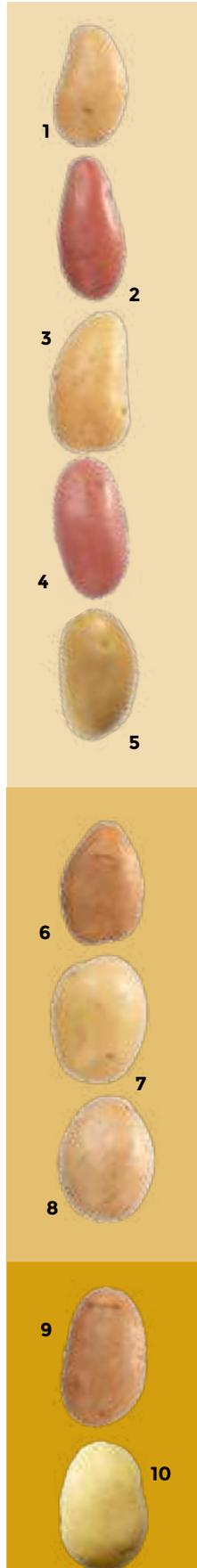


LES "SPÉCIALES FRITES"

Leur teneur en matière sèche élevée permet d'obtenir des frites dorées et croustillantes à l'extérieur, ainsi qu'une texture fondante à l'intérieur. Ce sont les reines des frites !

Les variétés fréquemment proposées en "Spéciales frites":

Bintje ⁹, Artémis ¹⁰, Victoria
ou encore Excellency



Le saviez-vous ?

IL EXISTE PLUSIEURS MILLIERS DE VARIÉTÉS DE POMME DE TERRE DANS LE MONDE ENTIER !

En 2021, près de 1684 variétés sont inscrites au Catalogue Officiel des espèces et variétés de plantes autorisées à la culture en France. (source : eec.europa.eu)

Créé en 1977, le CNIPT, Comité National Interprofessionnel de la Pomme de Terre, est l'organisme interprofessionnel reconnu par les Pouvoirs Publics (loi du 10 juillet 1975) dans le secteur de la pomme de terre de consommation (conservation et primeur), vendue sur le marché du frais en France et à l'export. Il agit dans le cadre du règlement de l'Union européenne n°1308/2013 du 17 décembre 2013.

Le CNIPT rassemble et représente tous les opérateurs de la filière pomme de terre fraîche, de la production à la distribution.

LE RÔLE DU CNIPT S'ARTICULE AUTOUR DES MISSIONS SUIVANTES



DIALOGUE INTERPROFESSIONNEL

assurer la cohésion de la filière pour fixer et réaliser des objectifs communs



INFORMATION FILIÈRE ET INTELLIGENCE ÉCONOMIQUE

recueillir, analyser et partager l'information économique pour une meilleure connaissance des marchés



DÉMARCHES QUALITÉ

accompagner les différents stades de la filière pour la maîtrise de la qualité



COMMUNICATION COLLECTIVE

soutenir la consommation, en France et à l'international



 @lespommesdeterre

 lespommesdeterre

 _lespommesdeterre

 @_CNIPT

 #lespommesdeterre

43-45 rue de Naples – 75008 Paris

Tel : +33(0)1 44 69 42 10 – Fax : +33(0)1 44 69 42 11

Mél : communication@cnipt.com

Pour en savoir plus sur le CNIPT : www.cnipt.fr

Pour en savoir plus sur les pommes de terre :
www.lespommesdeterre.com

CONTACTS PRESSE CNIPT



Apolline Masson - a.masson@rpca.fr - 06 28 31 73 14

Hyacinthe Prache - h.prache@rpca.fr - 06 20 67 67 17