

Groseilles **bonnes** à dégrapper

Is sont étonnants, ces groseilliers qui nous offrent généralement leurs longues grappes aux perles rouges. De nombreuses variétés possèdent des baies d'un rubis brillant, d'autres, plus rares, sont roses ou blanches aux nuances ambrées. Les variétés claires se distinguent par une saveur plus douce et parfumée à maturité complète.

La forte teneur en pectine de la groseille rouge permet de réaliser une délicieuse gelée acidulée car sa baie contient près de 3% de composés acides : l'acide malique, citrique et tartrique. Moins riche en vitamine C que le cassis, son apport en minéraux et oligo-éléments variés est appréciable. Ces substances antioxydantes contribuent à la lutte contre le vieillissement des cel-

lules. Riches en eau à 80%, et contenant seulement 5 à 7% de sucre, les groseilles ont une faible valeur calorique, de 33 calories aux 100g. Elles sont rafraîchissantes et désaltérantes consommées en frais ; transformées en sorbet ou en coulis, elles stimulent le fonctionnement digestif.

Le groseillier à maquereau préféré au départ

Comme le cassis, le groseillier est originaire des régions montagneuses de l'Europe du Nord. De ce fait, il était inconnu de l'homme préhistorique du bassin méditerranéen. Les Vikings l'auraient complanté en France lors de leur invasion à l'époque carolingienne, au VIII^e siècle. Dans l'Occident médiéval, les grosses



Chaque pied de groseillier peut produire 3 à 4 kilos de fruits. (Photo : Y. Rainisio)

baies poilues du groseillier à maquereau sont fréquemment citées dans les recueils culinaires. Chez nous, à l'époque, les groseilliers à grappes sont encore peu appréciés. Ils n'ont pas atteint toute leur renommée. Les Hollandais les cultivent dès le XVI^e siècle et c'est à cette époque qu'en Meuse, dans la région de Bar-le-Duc, sera fabriquée une célèbre confiture très spéciale utilisant des baies entières de groseilles épinées à la plume d'oie ! Le pot, toujours de petit gabarit (110 g) servait de cadeau de bienvenue aux visiteurs de renom.

Les groseilliers peuvent vivre de 30 à 40 ans, mais produisent moins à partir de 20 années de plantation. Ils aiment les terrains frais et demandent un amendement régulier pour produire sur chaque pied 3 à 4 kilos de groseilles.

On les taillera au plus tard début mars, en rabattant d'un tiers le bois de leur touffe et en suppri-

mant le vieux bois. Les grappes se formeront sur les ramilles de l'année. Astuce : pensez à utiliser le bois de taille pour réaliser des boutures qui s'enracinent facilement.

Le mois prochain : le framboisier...

Claude Ollivier

• Tél. : 01.43.28.76.34.

E-mail :

ollivierclaude@wanadoo.fr

• Agenda des Croqueurs de pommes : taille de restauration sur palmettes au château de Montauger à Lisses (en limite de Mennecy), dimanche 25 mars, à 14h.

En +

Les variétés de groseilles

Jonkheer Van Tets :

Rustique, à la floraison précoce, fruits rouges hâtifs, gros et parfumés, les grappes se dégagent bien des feuilles, sa cueillette dès la fin juin en est facilitée.

Junifer (sélection de l'Inra) :

Vigoureux, très productif avec des belles grappes aux baies rouges brillantes sucrées acidulées. Variété recommandée pour coulis, confiture, sorbet, liqueur. Maturité : fin juin.

Rose de Champagne :

Variété ancienne produisant du bois fin avec vigueur. Les grappes sont moyennes, les baies roses possèdent une saveur sucrée très fruitée. Maturité : mi-juillet.

Versaillaise blanche :

Très bonne variété aux baies blanches ambrées, dont la saveur marquée est douce et fruitée. Maturité tardive : fin juillet. Il existe une Versaillaise rouge tout aussi savoureuse, mais acidulée, aux fruits juteux, hâtifs (fin juin). Parfaite pour la gelée.



Groseille Rose de Champagne. (Photo : P. Triniolles)