

Notre dimanche

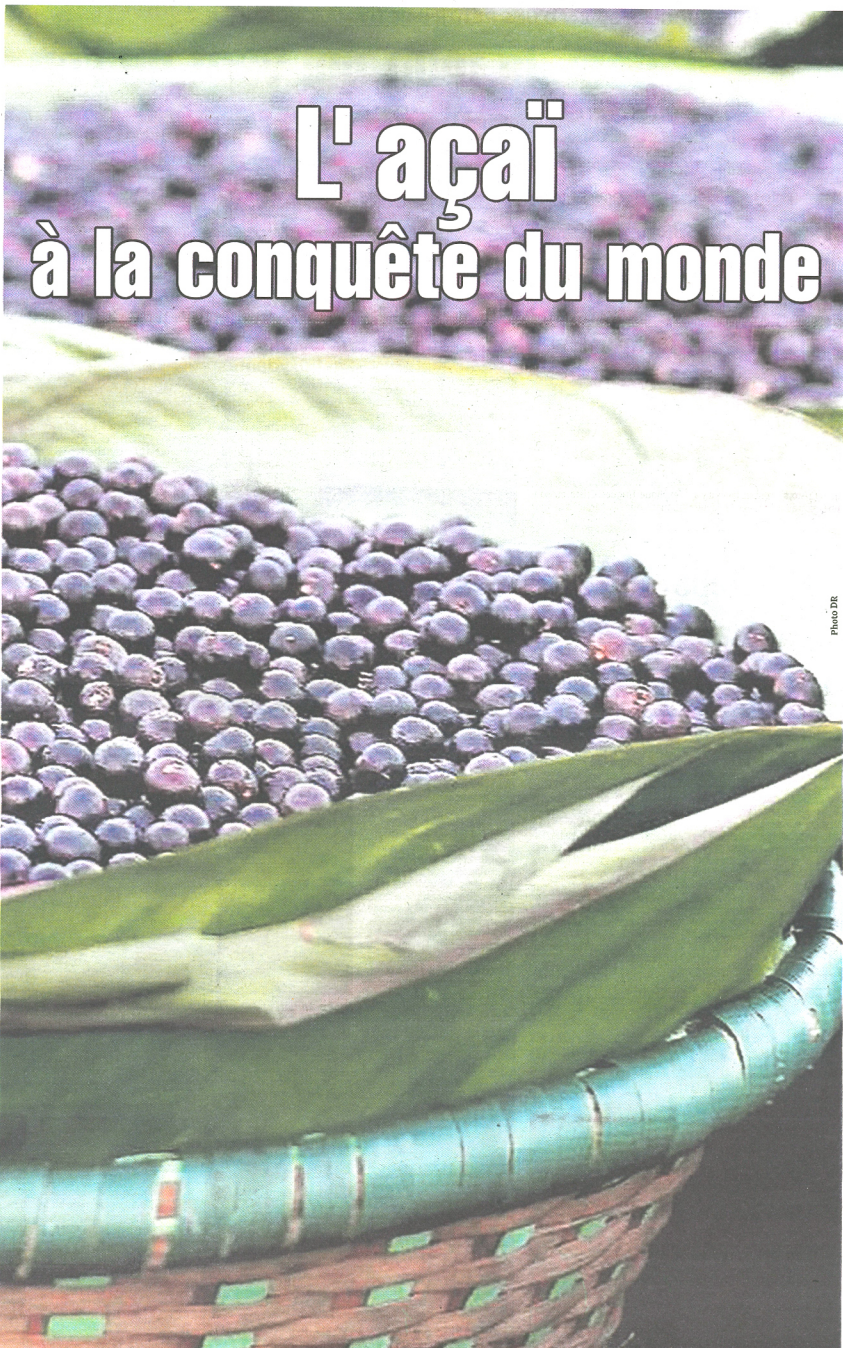


Photo DR

L'açaï à la conquête du monde



Depuis une décennie, les magasins branchés s'attachent à prix d'or la petite baie d'Amazonie. (Photo DR)

Madame Glaces, l'adresse incontournable de la « healthy food »

Nichée aux Quatre Robinets à Saint-Leu, une roulotte aux couleurs chatoyantes s'est sédentarisée depuis deux ans. Son nom : Madame Glaces. Pour profiter de ses smoothies bowls composés de fruits péchés mais aussi d'ailéurs, mieux vaut s'armer de patience. Cet après-midi, une file interminable de gourmands pourrait en décourager plus d'un. « On attend depuis 30 minutes, mais ça vaut vraiment le détour. Moi, ce que je préfère, c'est l'énergy bowl à base d'açaï. On en trouve nulle part ailleurs des comme ça », confie l'un des habitués aux nerfs solides.

Comme lui, des dizaines de Réunionnais venus des quatre coins de l'île sont prêts à braver les températures hivernales en ce mois de juillet pour déguster l'une des nombreuses spécialités de Christine et d'Alfred. Parmi elles, la star de l'Amérique du Sud : l'açaï.

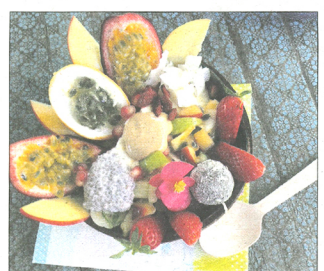
Depuis, à chacune de ses escapades australiennes ou métropolitaines, cette açaï lover répertorie les

bonnes adresses pour en faire ses lieux de prédilection. Des années plus tard, elle croise la route d'un Brésilien à Saint-Jacques de Compostelle. Spécialiste de ce petit fruit, il l'initie pour en faire une véritable expertise. Aujourd'hui, Christine transmet aux Réunionnais son état d'esprit de la « healthy food ».

« On peut être gourmand de manière saine. Mon travail, c'est un véritable plaisir. J'aime proposer de nouvelles saveurs aux gens, inventer des pâtisseries crues (aussi appelées Raw Cake), proposer des fruits de saison », confie avec enthousiasme cette influencieuse, qui convainc de plus en plus d'adhésions. Pour preuve, son compte Instagram faisait la part belle à ses créations colorées comptant plus de 11 000 abonnés à ce jour.

Reconnaissons de l'accueil qu'il est réservé, Madame Glaces regorge d'idées toutes plus gourmandes les unes que les autres pour ravir les papilles gustatives des Réunionnais.

A.M.



L'energy bowl à base d'açaï est servi. (Photo A.M.)



Christine dispose dans un bol en coco sa préparation à base d'açaï. (Photo A.M.)



Depuis plus de deux ans, Christine, alias Madame Glaces, et son époux Alfred proposent toute une kyrielle de bowls à base de fruits aux Réunionnais. (Photos Yann Huet)

L'açaï dans tous ses états

Rapidement périssables, les petites baies d'açaï sont transformées 24 heures après leur cueillette. Après le traditionnel processus de nettoyage, transport et tri, vient l'étape de la transformation des fruits. Plusieurs options sont possibles : le jus frais, la purée à la congélation à moins 30 degrés pour conserver les nutriments intacts ou encore sous forme de poudre. Au fil des années, des dizaines de marques se sont emparées de ce super aliment pour développer des produits divers et variés : gâteaux, huiles, compri-

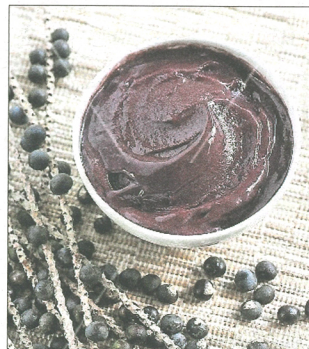


La couleur rouge est de mise pour signaler la présence d'açaï dans les échoppes brésiliennes. (Photo DR)

L'INCROYABLE SUCCESS STORY D'UNE PETITE BAIE D'AMAZONIE

L'açaï, le fruit qui vaut de l'or

Depuis une décennie, les adeptes de la « healthy food » ne jurent que par l'açaï. Cette petite baie de couleur pourpre, venue d'Amazonie, étend désormais ses vertus sous nos latitudes. Présentation.



L'açaï se déguste le plus souvent de manière sucrée. (Photo DR)

« Demain, on trouvera de l'açaï chez vous dans les rayons de supermarchés à côté des bouteilles de jus d'orange ou de jus de pomme », jurait Cassio Pereira, le secrétaire d'Etat à l'Agriculture de l'Amazonie, en 2009 dans les colonnes du journal Le Monde. Dix ans plus tard, sa prédiction s'est révélée exacte. De la Californie à Tokyo, en passant par la France, toutes les métropoles ont succombé à l'açaï mania. Et La Réunion n'est pas en reste (voir encadré par ailleurs).

Cet fruit issu du palmier pinot, aussi appelé palmyre açaï, pouvant atteindre 30 mètres de hauteur, pousse par milliers dans les bassins marécageux de l'Amazonie. De couleur rouge pourpre tirant sur le violet, il ressemble à quelques détails près à ses cousins le casio ou la myrtille. Question saveur, certains le comparent à un chocolat, d'autres aux fruits rouges. Le mieux est encore d'y goûter et de se forger son propre avis.

Si l'açaï est devenu ces dernières années un super aliment incontournable sur les étals des magasins bio et branchés, il était, il y a encore peu, réservé aux habitants de Belém. Cette petite ville portuaire de l'Amazonie propose une multitude de gorges avec, en tête de gondole, l'açaï riche d'une pulpe grasse.

Cuisiné sous toutes ses formes, il est davantage apprécié avec du manioc ou du poisson frit pour sa version salée. Écrasé avec un filet de guarana pour les puristes.

Vertus antioxydantes

Au fil des années, son exportation ne cesse de progresser pour atteindre 1 000 tonnes par mois en 2010. Une exportation telle que l'entraîne une augmentation du prix local, obligeant le gouvernement à réglementer pour éviter que les consommateurs locaux ne soient impactés.

Péché pour ses vertus médicinales et nutritives, les bienfaits de l'açaï sont bien réels. D'après

plusieurs études scientifiques, la baie est très riche en fibres, en fer. L'açaï est également auréolé pour son apport en vitamines A, C et E. Mais, ce qui le rend particulièrement attractif vient de sa couleur. Son colorant naturel unique au monde, appelé « anthocyanone », contient 10 à 30 fois plus que le vin rouge, rapporte le spécialiste des palmiers français Pierre-Olivier Albano. Il compte à billes un fort taux d'antioxydants au même titre que les agrumes, lesquels combattent le vieillissement prématuré. Un véritable élixir de jeunesse qui met en émoi des millions de consommateurs.

Garé toutefois aux vertus les plus fantaisiques qui lui collent à la peau. Selon les plus fervents açaï lovers, il décuplerait les performances physiques et combattrait certains types de cancer. De quoi contribuer à sa popularité croissante.

Mais si l'açaï est devenu un grande partie un produit marketing, c'est avant tout grâce aux surfeurs et prévoyants de l'açaï qui sont bien réels. D'après

Produit marketing

Combinaison à quelques fruits frais telle que la banane, des céréales et un soupçon de lait concentré, la recette fait l'unanimité.

La mixture se répand comme une traînée de poudre jusqu'aux larges des côtes californiennes. Preuve à l'appui, les hashtags #açaibowl, #smoothiecaçaï, ou #açaïlovers sur le réseau social Instagram comptabilisent des millions de clics tous plus appétissants les uns que les autres.

À La Réunion, la culture de l'açaï reste pour l'heure récréative. Si notre climat est idéal pour sa culture, seule une poignée de passionnés peuvent jouer de son exotisme dans leur jardin luxuriant (voir encadré par ailleurs).

Annabelle MOUNIAWA

Dépassement dans la palmeraie de Thierry Hubert

C'est dans le quartier de la Ligne des Bambous que Thierry Hubert laisse aller son goût pour la botanique tropicale. Autour d'une bonne centaine d'espèces de palmiers, cet amoureux de la terre et de la nature a dessiné un jardin naturel aux allures de forêt qui célèbre son trentième anniversaire.

De sa terrasse immaculée, le vert ambiant est une véritable bouffée de chlorophylle. Ce n'est toutefois qu'une toute petite partie du décor. Et en rester là, serait fort dommage. Parce que Thierry Hubert est un passionné de nature qui a su, au-delà de cette belle entrée en matière, donner à son Jardin des allures de forêt tropicale où les palmiers règnent en maîtres.

Membre de l'association Palmyra Union depuis la première heure, il est l'un des piliers du Parc des palmiers, au chemin Dassy au Tampon, dont il préférait attribuer avec modestie la paternité à André Thien Ah Koon. « Avec la passion, les compétences et le réseau de l'association, on a proposé notre aide

ou main de l'homme », se remémore-t-il.

Su au fil des années le Parc des palmiers s'est imposé comme un lieu incontournable pour les amoureux des plantes, le Jardin de Thierry Hubert n'a pas à rougir.

Ce jour-là, c'est sous une fine pluie que notre hôte nous guide dans les étroites allées de son écrit.



A.M. Thierry Hubert et son palmier fétiche, le Licuala cordata. (Photos Yann Huet)



Cueillette des dernières baies d'açaï.



Le petit fruit est plébiscité pour ses nombreuses vertus nutritives.

La Palmeraie Union en bref

Créée en 1994, l'association Palmyra Union rassemble les amoureux des palmiers. Les membres organisent tout au long de l'année des visites de jardins publics ou privés. Une belle occasion de découvrir de magnifiques jardins bien souvent méconnus, voire insoupçonnés, présentant des collections botaniques d'une incroyable richesse. Des sorties botaniques sont également proposées et guidées par des spécialistes de la flore locale qui ont toujours à cœur de faire partager leur savoir.

L'association contribue au développement d'actions de valorisation et de sauvegarde des sites remarquables de l'île, riches

des dernières stations sauvages de palmiers endémiques. Elle développe également des partenariats scientifiques et techniques avec des structures associatives en charge de la protection de réserves forestières à Madagascar.

Enfin, Palmyra Union entretient des liens étroits avec le réseau mondial des amateurs de palmiers, et notamment l'International palm society (dont elle est le chapitre local), les Fous de palmiers (association nationale) et Ti Palmi (aux Antilles et en Guyane).

Plus d'informations sur palmyra-union.com ou sur sa page Facebook.