



FRAISES - BAIES SAUVAGES

L'Atelier et les explications du Maître d'Hôtel

La fraise *Fragaria*

Étymologie : « fraise » du latin *fragum*, *fragea* ne doit donc pas son nom à Amédée-François Frézier.

En 1714, l'officier du Génie maritime Amédée-François Frézier, de retour en France d'une mission au large des côtes du Chili et du Pérou, rapporte dans ses cales des fraisiers à larges fruits. C'est en Bretagne, dont le climat océanique est favorable à leur culture que les plants de Blanches du Chili seront croisés avec des plants de fraisier de Virginie. C'est de l'espèce issue de ce croisement *Fragaria Ananassae*, que proviennent l'essentiel des variétés de fraises à gros « fruits » que l'on cultive en France désormais.

En 1740, la ville de Plougastel (limitrophe de Brest), déjà productrice de fraisiers des bois, devient le premier lieu de production de cette nouvelle espèce dite *fraise de Plougastel*. Une autre variété légèrement plus petite sera développée dans le Sud de la France à partir de croisement avec des fraisiers nains méditerranéens, moins exigeants en eau, la *Gariguette*. Cette dernière, dont le fruit est de forme plus allongée, a une saveur plus proche de la fraise des bois.

Voici quelques noms de fraise parmi plus de 1000 variétés : *Alba, Annapolis, Bogota, Chambly, Chandler, Charlotte, Ciflorette, Cijossé, Cirafine, Darselect, Douglas, Elsanta, Favette, Gariguette, Honeoye, Jewel, Karina, Kent, Lambada, Machiroux, Majoral, Mamie, Manille, Mara des bois, Maraline, Marascor, Marjolaine, Pajaro, Redcoat, Selva, Senga Sengana, Sparkle, Tenira, Valeta...*

La fraise des bois *Fragaria Vesca* (*fraise commune* ou *fraise sauvage*) est le fruit d'un fraisier des bois que l'on trouve à l'état sauvage un peu partout (dans les haies, dans les bois, en lisière de forêt, dans les parc et jardins...) et spécialement les régions montagneuses. Appréciée depuis l'Antiquité, ce n'est qu'à partir du Moyen Âge que l'on commence à la cultiver dans les jardins royaux en repiquant ses tiges sauvages. Au début du XIXe siècle, on découvre en France **la fraise alpine** (ou *fraise des quatre-saisons, Caperon* ou *Capron*), une espèce sauvage qui va supplanter la fraise des bois. Cette dernière présente la particularité de pouvoir produire des fruits pendant toute la belle saison et devient vite une culture



importante. De nombreuses variétés en découlent : *la Déesse des Vallées, la Reine des Vallées...*

A savoir : Le parfum spécifique de la fraise des bois est dû à la présence d'eugénol, un phénol fortement aromatique aux vertus antiseptiques. On retrouve cette note épicée dans le basilic, le clou de girofle et... la rose!

Cultivée à partir du Moyen Âge, **la framboise** *Rubus Idaeus*, tout comme la fraise des bois (de laquelle elle tirerait l'origine de son nom), est originaire des zones montagneuses d'Europe. Encore présente à l'état sauvage dans les Alpes, le Massif Central et les Vosges, c'est grâce à sa culture, en pleine terre ou sous abri, que nous pouvons la déguster presque toute l'année.

La framboise fait partie de la famille des ronces, elle peut être de couleur noire (sans être une mûre), pourpre (rouge), jaune, orange, ambrée, blanche ; d'espèces **remontantes** (fructifiant deux fois par an en juin et en septembre) : *Baron de Wavre, Belle de Fontenay, Berbéranza, Blissy, Brabant, Everest, Fallgold, Glenprosen, Héritage, Joan Squire, Korb-Füller, Merveille des Quatre Saisons, Rumiloba, September, Souvenir de Désiré Bruneau, Sucrée de Metz, Surprise d'Automne, Zefa 3...* ou **non remontantes** (la pousse s'effectuant sur les cannes de l'année précédente) : *Espérance, Gradina, Grosse de Knevett, Llyodd Georges, Lulu la sucrée, Malahat, Malling Exploit, Malling Promise, Nootka, Radboud, Rouge de Hollande, Schoenemann, Tulameen, Willamette...*

Croyance, tradition ou superstition : selon la légende, le fruit tirerait sa couleur rouge du sang d'Ida, fille du roi de Crète et nourrice de Zeus, qui, voulant calmer celui-ci, lui aurait cueilli des framboises jusqu'alors de couleur blanche, se serait griffé le sein qui en saignant aurait coloré les fruits.

La mûre sauvage *Rubus Fruticosus* fait partie de la même famille que la framboise. Poussant sur une ronce, elle est considérée comme un fruit rouge malgré sa couleur violacée. Quant à la **mûre** *Morus Nigra*, fruit du mûrier, de variété *Black Satin, Théodore Reimers, Thornless...* elle a fait l'objet de nombreux croisements avec des framboises afin de donner naissance à de nouvelles variétés domestiques.

Voici quelques autres baies sauvages comestibles classées par couleur

Baies rouges Airelle (ou Cranberry), baie de l'Argousier, Canneberge, Cerise, Cenelle (ou Sorbe), Cornouiller, Cynorrhodon (ou Gratte-cul *fruit de l'églantier*), l'Eglantine, Gadelle, « Grain de raisin japonais » (*goût de vin acidulé*), Groseille, Groseille à maquereau, Shépherdie Argentée, baie du Sorbier des Oiseaux, Loganberry (ou Tayberry, *issu d'un croisement d'une framboise sauvage et d'une mûre*), Salal, Sureau rouge...

Baies bleues ou violettes Bleuet, Genévrier commun, Myrtille, Prunelle...

Baies noires Boysenberry (*issu d'un croisement d'une framboise sauvage et d'une mûre*), Cassis (ou Groseille noire) Groseille à maquereau, Jostaberry (*croisement du cassis et de la groseille à maquereau*), Ronce, Sureau noir...

Baies blanches Groseille, Groseille à maquereau, Mûre (*blanche*)...

A savoir : certaines de ces baies peuvent être confondues avec des espèces toxiques d'apparence voisine. Ne consommez aucun fruit dont l'identité n'est pas absolument certaine.





Finition, présentation et service :

Les baies sauvages et les fruits rouges sont le plus souvent servis frais, lavés, équeutés (si besoin est) et accompagnés au choix : de sucre semoule (ou de sucre glace), de crème fouettée (ou chantilly), du jus d'un citron, d'une sauce chocolat (ou autre), de vin rouge, d'un alcool de fruit... Certains d'entre eux peuvent être également poêlés/caramélisés/flambés avec une liqueur ou une eau de fruit appropriée, mais attention ces fruits sont très fragiles et ne supportent pas un contact prolongé avec la chaleur.

Fiche réalisée par Denis Courtiade