



Le kiwi Un fruit migrateur

◁ Bien qu'il soit aujourd'hui indissociable de la Nouvelle-Zélande, le kiwi est originaire de Chine. Et ce fruit très riche en vitamine C est désormais aussi cultivé en Suisse. Sur les bords idylliques du lac Léman, à Allaman, Dominique Streit et son équipe en produisent plus de 350 tonnes chaque année.

PAR NICOLE HUWYLER

C'est dans les années quatre-vingt que j'ai goûté pour la première fois un kiwi. Au premier abord, ce fruit, encore rare à l'époque, frappait par son aspect exotique et sa pelure bizarrement poilue. Mais une fois coupé en deux, il dévoilait sa beauté intérieure, s'attirant rapidement les faveurs d'un nombre grandissant de consommateurs. C'est notamment la «Nouvelle Cuisine», alors très en vogue, qui lui assura un triomphe culinaire. Dès les années quatre-vingt, les recettes aux kiwis firent leur entrée dans les livres de cuisine suisses. Betty Bossi a imaginé un gratin aux kiwis tandis que d'autres auteurs conviaient leurs lecteurs à réaliser diverses coupes glacées et sorbets au kiwi, ou même des kiwis au rhum. C'est ainsi que ce petit fruit poilu conquit ses lettres de créance gastronomiques. Aujourd'hui, chacun s'est habitué au kiwi qui a un peu perdu de son caractère exotique. «Les kiwis ont déjà connu des temps meilleurs», nous dit Alexa Gubler, Category Field Manager à la Fédération zurichoise des coopératives Migros. Ils occupent actuellement la vingtième place au palmarès des fruits, après les ananas et les myrtilles.

La densité nutritionnelle d'un fruit introduit en fraude

En 1904, une enseignante néozélandaise, Isabel Fraser, qui avait pris un congé sabbatique, parcourut la Chine avec sa sœur. Elle y découvrit un fruit savoureux appelé «Actinidia deliciosa» dont elle ramena en Nouvelle-Zélande une poignée de graines, et ce au mépris de toutes les prescriptions sur l'importation et la quarantaine que

nous connaissons de nos jours. Elle confia les précieuses semences à un ami, Alexander Allison, un jardinier amateur aux doigts verts qui en obtint quelques années plus tard les premiers fruits et les baptisa «groseilles chinoises». Ce n'est qu'en 1952 que les premiers fruits furent transportés par bateau de Nouvelle-Zélande en Angleterre. Cependant, à cette époque de guerre froide, la connotation «Chine» n'était pas favorable aux affaires. C'est pourquoi des publicitaires et stratèges du marketing pleins d'imagination rebaptisèrent la «groseille chinoise» en lui donnant le nom simple et bien sonnante de «kiwi». Joli coup! En effet, sous leur nouveau nom, ces fruits se vendirent immédiatement beaucoup mieux, révélant du même coup leur origine. En effet, le nom de kiwi désigne non seulement le fruit mais également un oiseau qui est le symbole national néozélandais.

Seuls les cassis contiennent plus de vitamine C que le kiwi.

Aujourd'hui encore, on associe Nouvelle-Zélande et kiwi, et ce malgré le fait que l'Italie est le principal pays producteur pour le marché européen. Mais c'est en Chine que la culture du kiwi est la plus répandue et alimente exclusivement le marché asiatique. Les consommateurs apprécient ce fruit pour sa saveur rafraîchissante, son aspect appétissant et sa forte teneur en vitamine C: 80 mg par 100 g pour le kiwi vert, ce qui représente le double de ce que contient une mandarine. Le kiwi doré, de son côté, en contient même 105 mg. En ce qui concerne la teneur en vitamine C, la famille des kiwis dispute la tête du classement au cassis, lequel contient en outre de la vitamine E et des polyphénols. Avec 50 kilocalories, les kiwis sont riches en nutriments mais pauvres en calo-

ries. On prête des propriétés à la fois positives et négatives à une enzyme contenue dans le kiwi, l'actinidine. D'un côté, cette enzyme a la capacité d'attendrir la viande; de l'autre elle confère une amertume aux laitages. Elle scinde en effet certaines protéines du lait (caséine) en éléments plus petits (peptides, acides aminés), ce qui provoque une saveur amère. Par ailleurs, l'actinidine empêche l'action de la gélatine et est connue pour provoquer des allergies.

Une petite Nouvelle-Zélande en pays vaudois

Après avoir terminé ses études d'ingénieur agronome, Dominique Streit a voyagé professionnellement en Afrique et en Asie. Depuis maintenant quatorze ans, il est administrateur d'une plantation de kiwis créée en 1984 à Allaman (VD). «Au début, on me regardait un peu de travers», nous raconte ce quinquagénaire. La région lémanique est plus connue pour son raisin et ses vins que pour les kiwis. «Le travail de pionnier est toujours ardu. On manque de recul et l'on apprend beaucoup sur le tas», explique Dominique Streit. Aujourd'hui, il cultive avec succès quatorze hectares de kiwis sur le Domaine de la Pêcherie et la Frésaire, avec une employée. Près de 80% de la production suisse – environ 350 tonnes par année – proviennent de son exploitation. La majeure



△ Récolte sur la plantation de kiwis d'Allaman, au bord du lac Léman. Les cueilleurs récoltent au total près de quatre millions de fruits.

partie de sa production est consacrée à la variété Hayward, mais il cultive aussi quatre hectares de kiwis Italy, qui sont un peu plus petits et plus sucrés. La proximité du lac constitue un atout. En effet, celui-ci est à l'origine d'un microclimat relativement doux et équilibré. D'autre part, Dominique Streit y pompe l'importante quantité d'eau dont il a besoin: 50 litres par semaine et par plante. En outre, l'exploitation est certifiée «bio» depuis 1994. Cela signifie que la culture se fait sans engrais azotés, que le désherbage est effectué à la machine ou à la main et que l'utilisation de traitements chimiques – herbicides et fongicides – est proscrite. «Par chance, nous avons été préservés des nuisibles jusqu'à présent» raconte Dominique Streit. En Nouvelle-Zélande et en Italie, ce n'est pas le cas. Dans neuf exploitations sur dix, les fruits sont frappés par la bactérie PSA et l'on s'attend à d'énormes pertes. Ce sont surtout les kiwis dorés, sucrés et sans duvet, particulièrement appréciés en ce moment qui sont concernés. Dominique Streit, pour sa part, n'en cultive pas. Non pas qu'il ne le souhaite pas, mais parce qu'il n'en a pas obtenu l'autorisation. En effet, les fruits commercialisés sous ce nom sont protégés par des droits de licence. Il a déposé une demande de licence pour le kiwi doré auprès des autorités néozélandaises. «Mais la Suisse ne figure pas sur le plan de marketing des grandes sociétés» ajoute-t-il détaché. Le marché suisse est beaucoup trop petit pour les «Global Players» de la culture du kiwi. Aujourd'hui il s'en réjouit, car ses kiwis, plus anciens et plus résistants, ont été préservés de la bactérie tueuse. Dominique Streit ne peut empêcher ni influencer les phénomènes climatiques tels que le gel

QUELQUES CONSEILS

- Un kiwi mûr cède légèrement à une pression du pouce.
- Conservez vos kiwis au réfrigérateur. En revanche, un kiwi immature mûrira à température ambiante ou à côté de pommes ou de bananes. Cela ira plus vite si vous placez les fruits dans un sachet.
- Le kiwi est incomparable pour attendrir la viande: avant de placer votre rôti au four, badigeonnez-le avec la tranche d'un kiwi coupé.
- Pour préparer des mets au lait avec du kiwi: blanchissez brièvement les tranches de kiwi; la chaleur inactivera l'actinidine, cette enzyme qui donne au lait un goût amer.
- Les kiwis dorés ne contiennent que des traces d'actinidine et se prêtent donc mieux aux combinaisons avec des produits laitiers que leurs cousins verts. Ils se distinguent principalement des kiwis verts par leur teneur élevée en sucre, leur chair jaune et leur pelure lisse.
- Les kiwis ne conviennent pas aux cultures sur balcon. En effet, leurs racines ont besoin de beaucoup de place.

ou la grêle. Il garde un souvenir cuisant de l'année 2003. «En automne, le gel a détruit 70% de la récolte» se souvient-il. Le froid ne convient pas du tout aux kiwis, que ce soit au printemps ou en automne. Ni les fleurs ni les fruits n'aiment les températures inférieures à 5 degrés.

Travail manuel et météo clémente

La culture du kiwi nécessite un travail manuel pénible. Il s'agit d'une plante grimpante qui peut atteindre dix mètres de long. Il faut s'en occuper et la soigner toute l'année. En outre, une plante femelle ne porte des fruits qu'après quatre ans. Au printemps, avant la floraison, les cultivateurs d'Allaman guident les longues lianes en tonnelles, contrôlent le système d'arrosage et, jusqu'en été, élaguent les branches qui n'ont ni fleur ni fruit. Dans les rangées de 8,5 mètres, une plante sur dix est mâle. En effet, les kiwis sont dioïques et ne peuvent se polliniser elles-mêmes. Ce travail incombe aux abeilles. Et pas n'importe lesquelles. Dominique Streit commande chaque printemps des «abeilles de location». «Le vent à lui seul et nos abeilles locales d'Allaman ne pourraient jamais féconder toutes les fleurs» explique le cultivateur. Et lorsque les fleurs ne sont pas suffisamment pollinisées, on n'obtient pas de beaux fruits bien ronds. Pendant l'été, les allées de kiwis sont consciencieusement arrosées, les lianes sont éclaircies et les mauvaises herbes éliminées. Le tout à la main. Pour cela, l'administrateur du domaine a souvent recouru à des «woofers». Ce sont des volontaires qui, dans le monde entier, proposent leurs services dans des fermes biologiques, échangeant quatre heures de travail quotidiennes contre table et logis. «Le bio, on l'a surtout dans le cœur et pas seulement sur un certificat» nous dit Dominique Streit. Cela n'est qu'une des raisons pour lesquelles il est affilié à cette organisation bio mondiale. Et l'autre? Il accueille ainsi à sa table des jeunes de tous les pays. «Et c'est un grand bonheur» nous dit Dominique Streit, lui-même ancien grand voyageur. Lorsque les nuits fraîchissent l'automne venu, le temps de la récolte est venu. Une quarantaine d'auxiliaires venus du village même et de France voisine cueillent trois semaines durant près de quatre millions de kiwis. Cela représente environ 200 à 300 fruits par plante. Le moment de la ré-

Salade de kiwi (Entrée pour quatre personnes)

Ingrédients

- 6 kiwis
- 100 g de lardons
- 2 pommes rouges
- ½ cuillère à dessert de moutarde
- ½ cuillère à dessert de concentré de tomate
- ½ bouquet de persil
- 4 cuillères à soupe d'huile de colza
- 3 cuillères à soupe de vinaigre de pommes ou de kiwis
- Jus de pommes ou cidre
- Sel, poivre
- 2 cuillères à soupe de noisettes concassées

Préparation

Faire revenir les lardons dans une poêle sans corps gras et les égoutter sur du papier absorbant. Peler les kiwis et les détailler en petits dés. Couper les pommes en petits dés avec leur pelure mais sans le trognon. Pour la sauce : Mélanger la moutarde, le concentré de tomates, le persil, le vinaigre et l'huile. Rectifier l'assaisonnement avec le jus de pommes, du sel et du poivre. Juste avant de servir, dresser les dés de pommes et de kiwis dans des coupes, napper de sauce et garnir avec les lardons et les noisettes concassées.

colte est venu lorsque Dominique Streit constate que les graines du fruit sont noires et que la teneur en sucre atteint 7-8 pour cent. Il mesure celle-ci à l'aide d'un réfractomètre. Mais les fruits ne sont pas comestibles à la récolte. Leur saveur sucrée ne se forme qu'en cours de stockage: une fois cueillis, les fruits doivent donc terminer leur maturation. Conservés sur place dans des grandes caisses en bois à une température constante de 0 degré et une humidité de 98 pour cent, leur amidon se transforme en sucre par un processus enzymatique. Les kiwis Summer contiennent jusqu'à 18 pour cent de sucre, les Hayward environ 12 pour cent. Ensuite, les deux variétés sont conservées sous réfrigération à moins 0.5 degrés jusqu'à la vente. «Nous les laissons un peu dormir» explique Dominique Streit. Si on ne les réfrigère pas, ils mûrissent trop vite. Les kiwis bios d'Allaman sont distribués par Migros et la Coop entre la mi-octobre et la fin du mois d'avril. Ils sont acycliques par rapport à la saison du kiwi néozélandais mais en concurrence avec les fruits de nos voisins italiens. Le pionnier vaudois préfère manger ses fruits frais en salade, dans une crème Budwig ou comme accompagnement dans un plat de chasse.