

25 avril 2018

<http://singulars.fr/les-asperges-blanches-des-sables-igp-des-landes/>

singular

INSCRIVEZ-VOUS



## Les asperges blanches des sables, IGP des Landes

auteur / Blandine Vié

 SAVOURER

### Informations pratiques

#### Où les acheter ?

– Dans tout le département des Landes, directement auprès des producteurs qui vendent au kilo (souvent par cageots), notamment pour ceux qui veulent faire des conserves.

– Chez les primeurs (marchés, boutiques et halles). Contrôlez la provenance sur l'étiquette.

#### Où les savourer ?

– Dans de nombreux restaurants en saison.

# Les asperges blanches des sables, IGP des Landes

auteur / Blandine Vié

Dès la mi-mars, parfois même plus tôt, elles pointent le bout de leur nez (qui reste blanc nacré) pour venir garnir nos assiettes de leurs tiges droites, tendres, douces, charnues et superbement goûteuses. Elles sont l'un des premiers légumes primeurs et par leur saveur printanière, les asperges régénèrent nos palais un peu engourdis par la cuisine roborative de l'hiver.

## Leur culture

Avec une plaine sablonneuse qui s'étend sur 1,4 million d'hectares, les Landes sont le berceau de la culture des asperges blanches des sables IGP (Indication Géographique Protégée) et le département leader de la production française. Leur culture exige un sol profond, sablonneux et bien drainé, un climat tempéré et humide, doux et vif à la fois — ce qui est le cas avec l'influence maritime du proche océan Atlantique —, et si possible, un printemps précoce.

Dans ce cadre généreux, les asperges des sables se distinguent par quatre particularités :

- Elles sont cultivées à l’abri de la lumière, sous des buttes de sable, pour préserver leur blancheur car le soleil ferait verdir leurs pointes.
- Elles sont récoltées très tôt — dès mi-février quand la météo est clémente — et jusqu’en juin.
- Elles sont cueillies à la main, avec délicatesse, pour ne pas abîmer les tiges.
- Elles sont conditionnées et mises au frais 4 heures maximum après la cueillette, d’où leur extrême fraîcheur.



*Asperges des Sables des Landes © Qualité Landes*

En dehors de leur exceptionnelle saveur, les asperges des sables des Landes IGP ont des qualités nutritionnelles avérées : elles sont très légères, dépuratives, reminéralisantes et riches en fibres douces. Actuellement, une soixantaine de producteurs est engagée sous IGP. Les asperges des sables blanches des Landes représentent une production de plus de 2000 tonnes. Elles sont protégées par une IGP (Indication Géographique Protégée), qui garantit leur terroir d’origine depuis 2005.

## **Les choisir**

À l'achat, le talon (endroit où l'asperge est coupée) doit être blanc et translucide, légèrement brillant et humide, ce qui est un signe patent de fraîcheur. Le turion (nom de la tige) doit être charnu et ferme et avoir une belle couleur nacré. Un truc infallible pour savoir si une asperge est fraîche, c'est d'essayer de la casser en deux à la main : elle doit être cassante et non pas flexible. L'asperge blanche des Landes n'est jamais filandreuse. Quant aux pointes, elles doivent être bien drues avec des bourgeons nets aux petites feuilles qui ne s'écaillent pas. Elles se conservent de 3 à 5 jours dans le bac à légumes du réfrigérateur, mais plus on les mange fraîches, meilleures elles sont.



*Asperges des Landes à l'étal d'un primeurs © Blandine Vié*

## **Leur préparation**

- Avant de les faire cuire, il faut les peler avec un couteau-économiste, en partant de 3 à 4 cm de la pointe vers le talon.
- Pour les faire cuire, plusieurs techniques sont à votre disposition :

— La méthode traditionnelle : dans une casserole d'eau bouillante salée (liées ou non), ce qui requiert de 10 à 20 minutes selon leur calibre qui peut être très généreux. Cette méthode a tout de même l'inconvénient de surcuire les pointes.

Sachez pourtant qu'il existe des faitouts spéciaux d'une taille légèrement supérieure à une botte d'asperges, munis d'un panier intérieur pour y ranger et y cuire les asperges debout. On y fait bouillir de l'eau salée jusqu'aux deux tiers de la hauteur environ, puis on y plonge le panier contenant les asperges en laissant les pointes hors de l'eau (elles cuisent alors grâce à la vapeur qui se dégage). Un ustensile indispensable pour les amateurs qui en consomment souvent !

— La vapeur, ce qui ne prend que 5 minutes mais il faut un cuit-vapeur ovale pour pouvoir y loger les asperges en long.

— Enfin, en restauration, de plus en plus de chefs les proposent poêlées. Elles sont alors souvent coupées en deux dans la longueur pour accélérer la cuisson.

Dans tous les cas, il faut vérifier leur cuisson avec la pointe d'un couteau.

- Égouttez les asperges et rafraîchissez-les aussitôt. Laissez-les s'égoutter sur un linge. En cuisine classique, c'est d'ailleurs sur un linge qu'elles sont présentées. Si vous les aimez chaudes, vous pouvez les tenir au chaud au bain-marie.



*Asperges à la vinaigrette d'agrumes © Qualité Landes*

## **En cuisine**

En entrée, les asperges blanches s'accommodent généralement d'une vinaigrette qui peut être travaillée en y ajoutant des herbes (persil plat, cerfeuil, ciboulette, estragon, coriandre), des zestes et du jus d'agrumes (oranges surtout), du miel, voire un jaune d'œuf battu. On peut être encore plus créatif en ajoutant des copeaux de jambon cru ou de fromage de brebis par exemple. On peut aussi tout simplement les accompagner d'une mayonnaise ou d'une mayonnaise mousseline (en lui incorporant le blanc de l'œuf monté en neige).

Dans la cuisine bourgeoise traditionnelle, on a coutume de servir les asperges blanches tièdes avec une sauce émulsionnée chaude montée au beurre, hollandaise ou maltaise (hollandaise agrémentée de zeste et de jus d'orange), sauce mousseline (hollandaise additionnée de crème fouettée).

Enfin, la compagnie des œufs leur allant très bien, on peut les servir « à la flamande », c'est-à-dire escortées d'un œuf mollet (ou dur grossièrement haché) et de ciboulette qui seront arrosés d'un beurre fondu. Servies poêlées, elles peuvent être panachées avec des asperges vertes — un duo apprécié des chefs —, des morilles, des girolles, etc.

Il ne faut pas oublier non plus le classique velouté d'asperges (à base de consommé de volaille) jamais aussi bon que lorsqu'on le parsème de cerfeuil. Sachez encore que lorsqu'un plat est affublé de l'appellation « Argenteuil » sur une carte, c'est qu'il contient des asperges sous forme de purées ou de pointes, garniture qui sied particulièrement à des mets blancs : œufs pochés, filets de sole ou même poularde.



*Asperges et leurs petites sauces © Qualité Landes*

## Un dernier conseil : ne gaspillez pas !

Si vous n'utilisez que les pointes ou le premier tiers des asperges, gardez le reste des tiges pour préparer des potages ou veloutés. Ou coupez-les en rondelles et ajoutez-les à des poêlées de légumes de printemps. Ou bien encore, taillez-les en brunoise (2 à 3 mm de côté), faites cuire, mélangez à des œufs durs mayonnaise hachés et farcissez-en des piquillos, ces petits piments doux du Pays basque. Vous pouvez aussi les congeler en attendant de futures délices, après toutefois les avoir blanchies.

### Que boire avec ?

- Un côtes de Gascogne blanc (60% colombard, 20% ugni blanc, 20% gros manseng) « Terres Basses » 2017 du [domaine Laballe](#) (Famille Laudet, Château Laballe, 40310 Parleboscq) : 6 € chez les cavistes et boutique en ligne
- Un blanc du [domaine Courbis](#) :

– soit un saint-Péray Le Tram 2016 (ou 2017 en précommande) : 18 € départ cave,

– soit un viognier IGP Ardèche 2016 (ou 2017 en précommande) : 13 € départ cave.

Domaine Courbis, 07130 Châteaubourg, Tél. 04 75 81 81 60

- Un muscat (100%) sec d'Alsace 2016 « Inspirations Terroirs » de la cave Jean Geiler : 6,25 € départ cave.

[Cave Jean Geiler](#), 45 rue de la République, 68040 Ingersheim – Tél. 03 89 27 90 27

- Un muscat (100%) sec d'Alsace 2016 « Laisse-toi aller » de chez Clément Weck : 6,80 € départ cave.

[Clément et Matthieu Weck](#), 2 place de la Mairie, 68420 Guebenschwir – 2 gîtes au domaine.