

Saveur | La spiruline s'invite à table au Salon de l'agriculture

Petit nouveau du Marché des Producteurs, le stand de la fédération des spiruliniers de France va accueillir quelques-uns des vingt producteurs de la précieuse algue, que compte la Nouvelle-Aquitaine, jusqu'à la fin du Salon, lundi 21 mai. L'espace entend sensibiliser les visiteurs aux bienfaits de cet aliment, souvent relégué au rang de complément alimentaire, alors qu'il s'agit du « plus complet nutritionnellement parlant », selon Rémi Philippon, d'Alet de Gasconha, qui en cultive à Bougue (40), depuis 2008. Sur le stand, ces mercredi 16 et jeudi 17 mai, étaient également présents Julie Devic, de la Spiruline de Campagne (40) et Jean-Baptiste Vin-Ramarony, du Val de l'Eyre, basé à Lugos (33).

Penchée sur une brochure explicative, devant le stand des spiruliniers de France, Gisèle, 71 ans, s'intéresse aux vertus de la spiruline. « J'ai connu des gens qui en prenaient, mais je ne comprenais pas pourquoi », explique celle qui confie avoir perdu sa confiance envers les médicaments classiques. L'algue microscopique, qui se présente souvent sous la forme de mini-spaghettis verts, connaît de plus en plus de succès, notamment auprès des végétariens, pour sa richesse en protéine, en vitamines A et B12, en fer, et en oligoéléments.

« Beaucoup de femmes et de sportifs en consomment pour leur carence en fer », illustre, par exemple, Jean-Baptiste Vin-Ramarony, propriétaire en Val de l'Eyre, basé à Lugos (33). Premier producteur de spiruline de Gironde, celui qui a suivi une formation en agroalimentaire et en nutrition a démarré son activité en 2012.



« La spiruline existe depuis quatre milliards d'années. Elle provient des lacs de montagne des Tropiques, du Tchad notamment, ainsi que de l'Inde et du Mexique », raconte le passionné qui récolte tous les jours dans ses 400 m² de bassin sous serre. En eau saumâtre, l'algue verte, au petit goût sucré proche du réglisse, pousse très rapidement. Il en produit 200 kilogrammes par an. Basé à Bougue (40), Rémi Philippon d'Alet de Gasconha, en produit 330 kilogrammes par an. Il a choisi cette culture pour son agronomie, « cela consomme peu d'eau et de terre ».

Un muffin à la spiruline ?

« Quand certains l'intègrent dans des gélules de compléments alimentaires, j'aimerais qu'on la reconnaisse comme un aliment en tant que tel », revendique Jean-Baptiste Vin-Ramarony. Fervent défenseur des petites structures de production française, qui détonne avec les grosses productions industrielles chinoises, le spirulinier insiste sur ses vertus nutritionnelles. « Un gramme de spiruline par jour, administré à un enfant mal-nourri tous les jours pendant trois semaines, peut le sauver ».



Dans le jus d'orange du matin, la salade du déjeuner, ou encore dans des muffins à la poudre d'amande. La jeune Julie Devic, de la Spiruline de Campagne (33), a remporté le trophée de l'innovation 2016 du Salon de l'Agriculture

de Paris pour ses recettes innovantes utilisant l'algue. « La cuisson altère les vitamines, mais pas les protéines ni les minéraux » explique celle qui a commencé à en produire en 2015.

« Avec une cure d'un mois à cinq grammes par jour, la detox est total », avance également Jean-Baptiste Vin-Ramarony, qui vente l'effet nettoyant de l'algue sur le foie, en mettant en garde sur ses effets fatigants sur le corps, d'où la durée limitée de cure. Côté prix, ils sont quasiment identiques d'un producteur à l'autre : 15 euros pour 100 grammes, et 130 euros pour un kilo, pour l'Alet de Gasconha.



Alix Fourcade

Crédit Photo : Alix Fourcade
Publié sur aqui.fr le 17/05/2018
[Url de cet article](#)