



UN PEU D'HISTOIRE

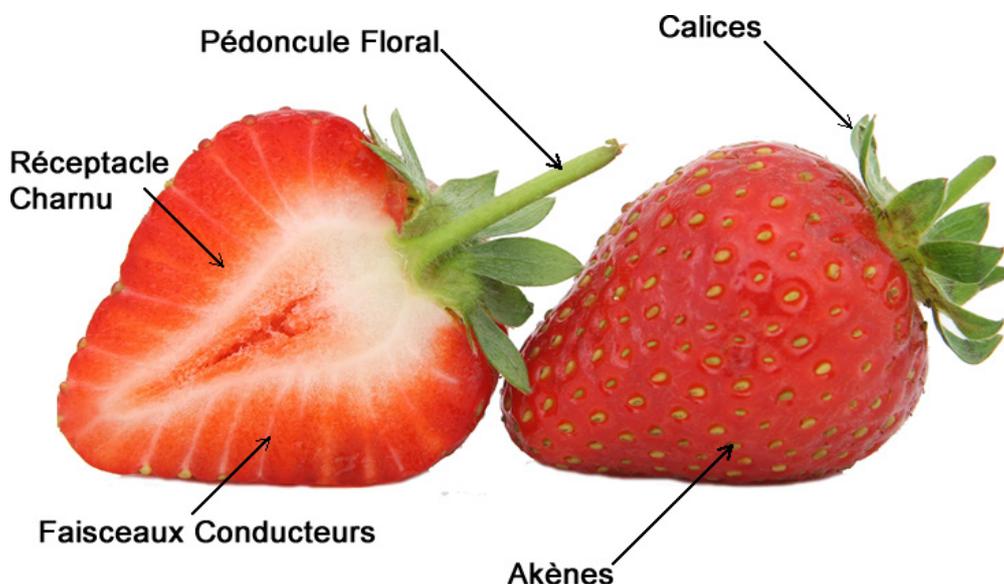
La fraise doit son nom à son parfum exquis qui est sa fragrance. Connue depuis l'Antiquité, les Romains la consommaient et l'utilisaient dans leurs produits cosmétiques en raison de son odeur agréable. Elle est cultivée dans les jardins Européens vers le XIVE siècle. À la Renaissance, la fraise était un fruit apprécié que les femmes dégustaient avec de la crème, alors que les hommes les consommaient avec du vin.

Ce n'est cependant qu'à partir du XVe siècle, que la fraise commença à être commercialisée à travers le monde. Jacques Cartier importa les premiers fraisiers en France au XVIe siècle lors de son voyage en Amérique, suivi peu après par de nombreuses déclinaisons dont la fameuse "gariguette". Depuis des siècles, la fraise est appréciée de tous et régale nos papilles.

Ce qu'il faut néanmoins savoir sur la fraise :

- La fraise est un faux fruit. Ce sont les petits points jaunes (akènes) présents sur la peau de la fraise qui sont les véritables fruits du fraisier.
- La fraise est bonne à la santé, elle contient différents types de vitamines (liposolubles, C et B9). La fraise possède également une bonne source d'iode, magnésium, cuivre, fer et phosphore.
- La consommation de fraise diminue le niveau des triglycérides dans le sang, fait baisser les marqueurs de stress et diminue le cholestérol. Elle augmente aussi la fluidité du sang.
- La fraise est le 9ème fruit le plus consommés par les français.
- Les variétés ne sont pas toutes naturelles, beaucoup sont nées en laboratoire. Il existe une trentaine d'espèces disséminées entre l'Europe, l'Asie et l'Amérique. Mais les plus fréquentes sont la *Fragaria x ananassa* (fraisier ananas) et la *Fragaria vesca* (fraise des bois).
- Au XVIIIe siècle, les principaux producteurs étaient au Royaume-Uni et à Plougastel, en Bretagne. D'où la fameuse fraise de Plougastel !
- La gariguette est un croisement français créée dans les années 70 dans les laboratoires de l'Inra d'Avignon. Dernière-née : la cigaline, obtenue en 1996.

LA BIOLOGIE



EN QUELQUES CHIFFRES...

8 000 000 t

Production mondiale /an

3 000 000 t

Production Chinoise/an
(Etats-Unis 1 000 000 t / an,
Mexique 460 000 t / an)

500

Nombre d'exploitations
de fraises AOP en France

10 g

Poids d'une fraise
en moyenne

2,8 kg

Consommation
en France
par ménage / an

1 200 000 t

Production Européenne/an
(Espagne, 1er pays producteur
avec 397 000 t/an)

57 000 t

Production en France/an

110 000 t

Fraises consommées
par les français / an

5 €/kilo

Prix au kilo en France

3 250 ha

Superficie de production
de fraises en France



Les menaces

- Les **maladies** (Anthracnose du fruit, nématodes, pourriture, tache angulaire)
- Les **ravageurs** (Anthonome, charançon, cicadelle, punaises ternes, tarsonème, tétranyque, thrips, vers blancs)
- Les **intempéries** (Gelée, neige, fortes pluies...)
- La forte concurrence en Espagne (1er pays producteur en Europe avec 397 000 tonnes par an)

3 Catégories de Fraises

Il existe plus de **600 variétés** de fraises que l'on peut regrouper dans différentes catégories.



La Cléry
Fraise parfumée au goût agréable.

**LES FRAISES
SUCRÉES**



La Darselect
Fraise « ronde », ferme,
juteuse, sucrée et aromatique.



La Charlotte
Fraise préférée des enfants, juteuse
et sucrée avec une chair tendre.

**LES FRAISES
DES BOIS**



La Mara des bois
Se déguste presque toute l'année,
très sucrée, très parfumée et
très aromatique.



La Ciflorette
Chair fine, juteuse et très sucrée.

**LES FRAISES
SUCRÉES &
ACIDULÉES**



La Gariguettes
Juteuse, fondante,
arômes sucrés et acidulés.

TRUCS ET ASTUCES

- Les fraises avec des appellations comme "Fraise du Périgord" ou "Fraise de Nîmes" bénéficient d'une IGP (Indication Géographique Protégée), indiquant le lieu où elles sont produites ou transformées.
- Les fraises peuvent également arborer le Label Rouge (signe national qui signifie que les produits sont de qualité supérieure).

Quand et comment la déguster ? NOS COUPS DE COEUR DU MOMENT

Mai à Septembre

Pour conserver leurs saveurs et leurs vitamines il est essentiel de les rincer avant de les préparer. La fraise peut se déguster de différentes façons : nature, en salade de fruit, en tarte, en sorbet, en yaourt, en confiture ou bien encore en jus.

À DÉGUSTER DANS NOS RESTAURANTS

Le gaspacho de fraises et rhubarbe

La soupe de fraises au piment d'Espelette

La nage de fraises à la noix de coco et citron vert

Le gratin de fraises de Carpentras, sabayon au champagne