

Asperges suisses

Dossier de presse



Asperges suisses fraîches pour les gourmets

« Les asperges, un met délicieux pour les gourmands. » (Hiéronymus Bosch)



Verband Schweizer Gemüseproduzenten
Union maraîchère suisse
Unione svizzera produttori di verdura

mars 2018

Faits & chiffres

Légume particulièrement apprécié, les asperges sont récoltées de mars à juin en Europe, selon la région.

Les asperges cultivées près de chez nous sont les meilleures. Plus elles sont fraîches, plus elles ont en effet bon goût et plus elles sont tendres. Rien de mieux donc que les asperges suisses. Elles sont non seulement fraîches et de qualité irréprochable, mais sont, de plus, cultivées en accord avec la nature selon les exigences strictes de SUISSE GARANTIE.

N'étant pas transportées sur de longues distances, les asperges suisses présentent, en outre, une empreinte CO₂ limitée. Selon une étude du WWF de 2012, les légumes provenant d'outre-mer transportés en avion consomment en moyenne 48 x plus de carburant que les légumes de la région. Le transport en avion produit plus de 10 kg de CO₂ par kg de légume ! Si vous achetez des asperges fraîches de Californie, vous pouvez être certains qu'elles ont été acheminées par avion.

Argument supplémentaire en faveur des asperges suisses : la main-d'œuvre effectuant l'exigeant travail de culture bénéficie des standards sociaux élevés prévalant en Suisse et des salaires suisses.

	Asperges verte	Asperges blanche	Total Asperges
Consommation en kg par habitant	0.8	0.6	1.4
Vente en tonnes (importations incl.)	6'333.0	4'643.0	10'976.0
Importations en tonnes	5'975.1	4'211.4	10'186.5
Production Suisse en tonnes	357.8	431.7	789.5
Surface cultivée en ha (SGA)	202.5	170.2	372.7

Quelle: CCM (2017)

Valeur nutritive

On dit souvent que l'asperge est la reine des légumes. Elle doit sa haute valeur nutritive à sa teneur élevée en fibres alimentaires brutes, en substances minérales, en acides organiques, en composés sulfureux et en substances aromatiques. Outre de l'eau, des hydrates de carbone, des protéines et de la graisse, les asperges vertes contiennent aussi beaucoup de vitamines. Grâce à ses effets diurétiques, l'asperge purifie le corps. Elle favorise l'excrétion de sels et d'eau, a un effet apaisant en cas d'inflammation des reins et des voies urinaires et aide à traiter les oedèmes et l'hypertension.

Le goût de l'asperge résulte des composés sulfureux et d'autres substances aromatiques, telles les dérivés de la cystéine et l'acide aspartique. L'élément influant le plus sur le goût de l'asperge est néanmoins le rapport sucre/acide. L'asperge est aussi riche en acides de fruit, notamment en acide citrique et en acide malique.

Teneur moyenne en composants choisis de l'asperge pour 100 g de matière fraîche consommable

Composants principaux [g]	Substances minérales [mg]	Vitamines [mg]	Valeur énergétique
Eau 93,6	Potassium 205,0	C 20,0	57 kJ (= 14 kcal)
Protéine 1,9	Calcium 20,0	A (carotène) 0,03	
Graisse 0,1	Phosphore 45,0	B1 0,11	
Hydrates de carbone 2,0	Magnésium 20,0	B2 0,12	
Fibres alimentaires 1,5	Fer 1,0	Niacine 1,00	

Provenance

L'asperge (*Asparagus officinalis* L.) fait partie de la famille des liliacées. Elle provient du Proche-Orient, des régions sises entre la zone steppique et les plages de sable. L'asperge était déjà cultivée dans l'Égypte antique et a été introduite en Europe par les Romains. À cette époque, les asperges étaient non seulement appréciées pour leur bon goût, mais aussi pour leurs vertus aphrodisiaques. Au Moyen Age, les monastères utilisaient les asperges comme plantes médicinales et comme légume fin. L'asperge s'est véritablement imposée auprès de la population comme «plaisir printanier du palais» à partir du 19^e siècle.

Jusque dans les années 1980, on consommait surtout des asperges blanches chez nous. La tendance s'est fortement inversée ensuite et les gourmets mangent aujourd'hui plus souvent des asperges vertes. Ces dernières possèdent un goût plus intensif et plus aromatique et contiennent plus de substances nutritives. Les asperges blanches, plus tendres et à l'arôme plus délicat, restent néanmoins très prisées. Blanche ou verte, c'est la même plante, la seule différence concernant la récolte : l'asperge verte pousse au-dessus du sol et doit sa couleur verte au soleil ; l'asperge blanche pousse sous terre et, n'étant pas exposée au soleil, reste blanche. L'asperge violette est une exception. Si l'on récolte les asperges blanches tardivement, la tête, voire toute la tige, devient violette sous l'action du soleil. Ces asperges ne sont pas de moins bonne qualité et elles contiennent même plus de substances nutritives que les blanches. Entre-temps, on trouve aussi des variétés violettes spéciales.

Depuis quand cultive-t-on et consomme-t-on des asperges en Suisse ?

En Valais, à Flaach et en Suisse orientale on cultive des asperges depuis environ 50 à 60 ans. Si au début la culture se limitait aux asperges blanches, elle a été élargie depuis aux asperges vertes, surtout en Suisse orientale.

Comparaison de la culture en 1990 et aujourd'hui :

En 1990, la surface d'asperges s'élevait à environ 85 ha. A cette époque, les asperges étaient cultivées sur de petites surfaces de 10 à 50 ares, comme complément à l'élevage. Les exploitations produisant des asperges ont grandies entre-temps, suite à la restructuration de l'agriculture. La grandeur d'exploitations a monté sur 160 ares en moyenne. Quant à la culture, elle a été professionnalisée et adaptée aux besoins du marché. En 1990, la récolte était surtout vendue dans les magasins de ferme. Entre-temps, les producteurs ont la capacité de fournir les grands distributeurs et les grossistes.

A quel niveau les importations s'élèvent-elles ?

En 2017, les importations totales ont atteint 10'186.5 t (référence : CCM). Les chiffres des divers pays importateurs figurent dans le document « Données économiques ».

Comparaison de la consommation de pétrole pour la culture d'asperges

	Asperges suisses	Asperges mexicaines
Mois de consommation	Mai (saison)	Février (en dehors de la saison en Suisse)
Transport	Par camion	Par avion
Consommation calculée de pétrole par kg d'asperges (de la production à la consommation)	0.3 litre	5 litre

(Source : www.asperges-suisse.ch)

Dans quels cantons, les asperges (vertes ou blanches) sont-elles cultivées ?

Argovie, Berne, Bâle-Campagne, Fribourg, Genève, Grisons, Schaffhouse, Schwyz, Soleure, St-Gall, Suisse centrale, Tessin, Thurgovie, Valais, Vaud, Zurich.

La culture d'asperges en Suisse

Culture d'asperges - Plantation

Les asperges sont plantées d'avril à mai à l'aide d'une machine spéciale fonctionnant de la même manière qu'une planteuse de pommes de terre. Les plants ne sont rien d'autre qu'un rhizome. Sur le dessus de ce rhizome, on trouve un grand nombre de bourgeons à partir desquels de nouvelles pousses se développent au printemps.

Les asperges sont cultivées sur des sites bénéficiant d'un bon ensoleillement et ne présentant aucun risque de gelée tardive. Elles aiment les sols argilo-sableux légers à mi-lourds, neutres en pH, profonds et profitant d'un bon apport d'eau. Plus la capacité de chauffage du sol est élevée et plus le climat est équilibré, plus la croissance et, par conséquent, le rendement est bon. Les longues buttes sur les champs d'asperges sont souvent recouvertes d'un film doté de deux côtés différents. Ces films permettent aux producteurs de réguler la croissance des asperges. Le côté noir du film absorbant mieux le soleil, la terre se réchauffe. Les asperges poussent alors plus rapidement. La surface blanche, en revanche, reflète le soleil et empêche une croissance trop rapide lorsqu'il fait chaud.

Une année avant la plantation, le sol est préparé avec une culture préparatoire adéquate et un ameublissement profond du sol (bon labour d'automne). Au printemps précédant la plantation, la parcelle est ameublie une nouvelle fois en surface et les mauvaises herbes vivaces sont éliminées.

Afin que le rhizome puisse se développer correctement, la récolte intervient au plus tôt à partir de la troisième année de culture. La récolte complète peut être réalisée à partir de la quatrième année. Elle atteint entre 2 à 4 tonnes par hectare. Si les soins sont bons, les plants peuvent fournir des pousses pendant 15 années. Afin que les asperges restent suffisamment tendres, les rhizomes sont néanmoins arrachés après 8 à 10 ans.

Tant que la température se situe au-dessous de 8° C, les pousses ne croissent pas. La croissance commence au printemps, à partir de 10° C. Dès que les températures augmentent, la croissance s'accélère fortement (jusqu'à 2 à 3 cm par jour à une température de 13° C, jusqu'à 5 cm par jour à partir de 17° C).

Récolte

En Suisse, la saison dure de la fin avril à la mi-juin selon les conditions météorologiques. La récolte se limite à une courte période, afin de ne pas épuiser les plantes. C'est indispensable pour maintenir la qualité l'année suivante. Lorsque les cerises sont rouges, les asperges sont mortes dit un dicton paysan ; la récolte se termine donc en général le jour de la Saint-Jean, le 24 juin. Les plantes peuvent ainsi se reposer pendant 100 jours jusqu'au premier gel.

La récolte et le conditionnement, y compris le lavage et le tri, demandent beaucoup de travail. La récolte intervient tous les deux jours en fonction des conditions météorologiques et de la distance entre les plantes. Au total, il faut près de 1000 heures de travail par hectare d'asperges vertes pendant toute l'année. Avec un rendement de 2 à 4 tonnes par hectare, cela représente donc jusqu'à une demi-heure de travail par kg d'asperges. La charge de travail est encore plus importante pour les asperges blanches, puisque leur pointe doit être déterrée à la main avant que l'asperge puisse être coupée à l'aide d'un couteau spécial.

Déroulement de la culture

Après les avoir récoltées pendant 2 à 3 mois, on laisse pousser les asperges. Les plantes peuvent atteindre une hauteur de un à deux mètres. Elles emmagasinent ainsi de l'énergie solaire et constituent des réserves pour le système racinaire. Les conditions idéales pour ces plantes herbacées vivaces se situent en été à une température de 20 à 29° C. Pendant ce temps, les plantes sont soignées, afin de favoriser le développement du rhizome. Pour ce faire, le sol entre les rangées est libéré de toutes mauvaises herbes et ameubli par un binage en surface, les asperges appréciant les sols meubles et aérés. En cas de besoin, les plantes sont soumises à un traitement phytosanitaire afin de les protéger des maladies et des ravageurs. A la fin de l'automne, les feuilles mortes sont broyées avec une machine et de petites buttes sont constituées. Tout est ainsi prêt pour la récolte au printemps prochain.

Importance économique

À l'échelle mondiale, la surface de culture d'asperges dépasse 2'769'000 ha. En Europe et en Afrique, on cultive surtout des asperges blanches, alors que les asperges vertes dominent sur les autres continents. La demande accrue d'asperges vertes engendre une augmentation de la surface de production dans le monde entier.

Les principaux pays producteurs sont la Chine, le Pérou, le Mexique et l'Allemagne. En Europe, l'Allemagne arrive en tête devant l'Espagne, l'Italie et la France.

Les asperges importées en Suisse proviennent généralement de l'Espagne, des Etats-Unis et l'Allemagne. En Suisse, la part des asperges vertes s'élève aujourd'hui à près de 5.7%, mais elle augmente régulièrement.

Sources: CCM, www.fao.org

Manifestations consacrées aux asperges en 2018 sur www.asperges-suisse.ch



www.seeländerspargeln.ch



www.hof-steinmann.ch

Seeberger Spargelfest 12. / 13. Mai 2018

www.leinacherhof.ch

Informations et contact pour la presse :

Union maraîchère suisse (UMS), Belpstrasse 26, CH-3001 Berne, www.legume.ch

Tél. 031 385 36 20, info@gemuese.ch

- Facebook : www.facebook.com/SchweizerGemuese.LegumesSuisse
- Recettes à base d'asperges pour gourmets exigeants sur www.asperges-suisse.ch
- www.télélegume.ch

télélegume.ch