

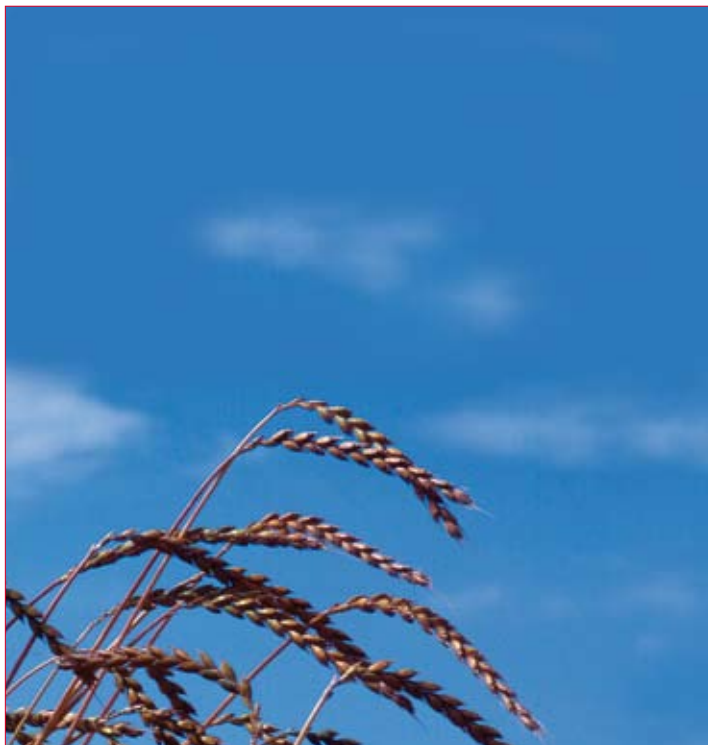
Le précurseur du blé actuel

L'épeautre, la céréale ancestrale de l'Europe

L'épeautre était déjà connu, il y a 5 000 ans, en tant que plante de culture, en Asie. Ce n'est que bien plus tard – env. 1 700 av. J.-C. – qu'on le trouvera sous nos latitudes. Il est certainement la résultante du croisement naturel entre l'amidonnier et le blé club. L'épeautre mûr se conservait très longtemps, de ce fait les pèlerins et les randonneurs le prenaient partout avec eux. A cause de mauvaises récoltes – pour pouvoir au moins passer l'hiver – une partie de la récolte à venir était cueillie encore verte, soit avant maturation totale. Ce grain vert n'était ni stockable, ni utilisable pour la cuisson et devait être séché. On pouvait toutefois calmer les plus grandes faims en en faisant de la soupe ou de la purée en hiver.

Précieux sur le plan écologique

L'épeautre «Urdinkel» est très robuste et pousse même dans des sols pauvres en éléments nutritifs et dans des conditions climatiques arides. Les tiges longues rendent une culture intense, avec beaucoup d'engrais, impossible. Par contre sa hauteur protège les épis des maladies fongicides. La mécanisation croissante dans l'agriculture et la culture de variétés de blé plus rentables et plus simples d'entretien a évincé l'épeautre originel. Aujourd'hui l'épeautre et l'épeautre pur suisse sont redécouverts comme une céréale écologique saine et digeste. En Suisse, les deux variétés «Oberkulmer» et «Ostro» sont agréées comme anciennes variétés d'épeautre sous le label «Urdinkel», ce qui garantit que l'épeautre n'est pas croisé avec du froment et a été cultivé sans raccourcissement de la tige.



Transformation intense

L'épeautre possède une glumelle solide qui recouvre fermement chaque grain séparément. Cette glumelle doit être retirée au cours d'une opération supplémentaire et selon un procédé particulier (corroyage). Il y a quelques temps cela était considéré comme un désavantage, mais aujourd'hui on y voit là plutôt un avantage: l'épeautre, en comparaison avec d'autres variétés de céréales, contient beaucoup moins de d'éléments polluants, car grâce à la glumelle les éléments toxiques éventuels sont aussi éliminés.

Le corroyage fait partie de la technique de transformation

Le grain d'épeautre reste enfermé dans sa glumelle même après le battage. Ce n'est que lors du corroyage dans le moulin que le grain est libéré de son enveloppe.

C'est une tâche particulière qui nécessite beaucoup d'expérience et de doigté. La pierre de corroyage doit être correctement martelée et le mouvement de décorticage doit être réglé correctement. Ce n'est que sous une surveillance permanente qu'un rendement de 72% de la quantité d'épeautre livré par l'agriculteur peut être atteint. La structure taillée dans la pierre et l'écart correct entre les pierres permettent à l'épeautre de rouler entre les pierres, alors même que les glumelles sont détachées avec précaution de la graine. Ensuite la glume légère est séparée du noyau plus lourd de l'épeautre à l'aide de tamis et de courants d'air.

Concentré de valeurs nutritives Urdinkel

Pour autant que l'on sélectionne les anciennes variétés, pures, soit l'Urdinkel, l'épeautre est non seulement une des céréales les plus riches en protéines, mais contient beaucoup de vitamines (E, groupe B, acide folique et niacine) et des minéraux tels que le fer, le magnésium et le phosphore. De plus, l'épeautre contient six des huit acides aminés essentiels, qui favorisent les hormones du bien-être dans le corps; des acides gras non saturés de haute qualité et surtout aucun cholestérol. Les acides gras sont des éléments vitaux essentiels pour les membranes cellulaires et les nerfs. L'épeautre est donc réduit très lentement à l'état de sucre dans l'organisme et favorise ainsi un taux de glycémie équilibré et procure une longue satiété et la forme.



Au moyen-âge, on aurait récolté une partie de ce champ pas mûr par mesure de sécurité.



L'épeautre est un excellent grain, de nature chaude, gros et plein de force, et plus doux que les autres grains. A celui qui le mange, il donne une chair de qualité. L'épeautre fournit du sang de qualité, donne un esprit joyeux et met de l'allégresse dans l'esprit de l'homme.

Hildegard von Bingen (1098–1179)



Semences efficaces dans les champs.



Lors de la récolte avec des machines, le battage se fait simultanément.

Sain et compatible

On attribue une grande compatibilité en termes de santé à l'épeautre. Les personnes souffrant d'intolérances au blé peuvent sans autres opter pour une nourriture totalement à base d'épeautre.

Mais attention: l'épeautre n'est pas exempt de gluten !

**La communauté d'intérêts
Dinkel comme garant de la
marque déposée Urdinkel**

La CI Dinkel garantit l'authenticité de l'Urdinkel, au moyen d'un vaste système de contrôle, allant de la culture jusqu'au fournil. Seules des cultures en provenance d'exploitations respectant les labels IP-Suisse et Bio-Suisse sont considérées comme du Urdinkel. L'instance de contrôle reconnue et indépendante AB Cert de Berne contrôle les exploitations agricoles et de traitement qui en font parties. Seule de la farine d'épeautre, qui a été cultivée conformément aux normes et qui a été traitée séparément, obtient le label de marque Urdinkel de la CI Dinkel.



Des plants d'épeautre en pleine croissance.



Le grain d'épeautre livré par l'agriculteur avec sa glumelle...



... le grain prêt à être moulu, après avoir été corroyé dans le moulin.



Des gerbes d'épeautre dans le champ.

