

Ces coins où trouver des salades toute l'année

LOCAL Batavia, chicorée, endive, laitue, lollo, rampon, jeunes pousses et scaroles sont parmi les salades qui poussent en Suisse. Un légume que l'on peut retrouver toute l'année, ou presque, à proximité.

PAR FABIENNE.MORAND@LACOTE.CH



Mathieu Cuendet et Lena, une volontaire venant de Thoune, ont découvert de belles feuilles de chêne rouge en retirant le tissu qui protégeait jusqu'alors ces salades entourées de fenouils et choux fleurs. FABIENNE MORAND

La salade prend plusieurs formes et couleurs, et ce légume se mange toute l'année. «En hiver, la salade suisse n'arrive pas à satisfaire tout le marché», relève Max Baladou, technicien en culture maraîchère à l'office technique maraîcher à Morges. Toutefois, le consommateur peut influencer l'importation en choisissant des variétés de saison.

Ainsi, «en hiver, au lieu d'en consommer provenant des régions chaudes du Sud, il vaudrait mieux manger du rampon, de la chicorée pain de sucre ou des endives de la région, fraîchement récoltés et contenant ainsi plein de vitamines», renchérit l'Union maraîchère suisse.

Si le rampon et l'endive poussent toute l'année, la plupart des salades ne peuvent pas être récoltées en hiver. Certaines variétés helvétiques se retrouvent dans les rayons toute l'année ou presque car le pain de sucre, par exemple, qui se récolte jusqu'en novembre, se conserve facilement au frigo jusqu'à mars. Faisant quasi le lien avec le

début de la nouvelle récolte, au mois de juin. Cependant, la culture sous tunnels et serres, même non chauffés, permet de maintenir les plantes hors gel et de débiter la saison plus tôt.

244

hectares
de salades ont été plantés
en 2018 dans le canton
de Vaud.

Du choix des champs voisins

Dans notre région de La Côte, rares sont ceux qui proposent de la salade douze mois durant. Cependant, au Marché Cuendet, à Bremblens, il est possible d'en trouver. «Sur l'année, nous proposons dix à vingt variétés de salades et quatre à huit variétés de salades. L'hiver, elles

poussent sous tunnel et sans chauffer», relève Mathieu Cuendet. Son voisin Vincent Keuffer n'en a pas de janvier à mi-février, mais le reste de l'année il en produit plus d'un million de pièces, réparties entre sept variétés. Lui aussi utilise des serres non chauffées.

Chez Biscotte, à Vinzel, pas de tunnels ou de serres. Mais les premières plantations en pleine terre de l'année viennent d'être faites. Iceberg, batavia, feuille de chêne, laitue et sucrine seront plantées toutes les semaines et récoltées de fin avril pour les plus tôt, jusqu'aux premières gelées après la Toussaint pour les plus tardives. «On arrive à avancer les premières récoltes grâce à un agro-textile qui recouvre actuellement les plantations», explique Roland Favre, chef de culture chez Biscotte. Leur quinze à vingt hectares dédiés aux salades offrent plus d'un million de pièces par an. Quant à l'endive, l'un des plus gros producteurs de Suisse est à Yens, le Domaine des Loveresses.

L'iceberg, la préférée des Suisses

En 2018, 244 hectares du canton de Vaud ont accueilli des salades; de la chicorée à la pommée en passant par des laitues, rampons, lollos et batavias. La plus consommée en Suisse, c'est l'iceberg, plus précisément 3,81 kg par tête, dont un peu plus de la moitié est issue de la production indigène, selon les chiffres de l'Union maraîchère suisse. La laitue

pommée n'est pas en reste avec ses 2,17 kg par tête (1,62 kg indigène). Cependant, cette dernière rencontre davantage de succès outre-Sarine, alors que de ce côté-ci, la batavia la devance, relève Vincent Keuffer, maraîcher à Bremblens.

Si la salade, pour certains, c'est en général vert et ça se mange cru, elle n'en évolue pas moins. Par exemple, depuis une dizaine d'années, les sélectionneurs ont développé les «baby leaves».

«Elles s'achètent entières, ont des feuilles de dimensions égales lorsqu'on coupe le tronc à une hauteur précise et plaisent beaucoup aux restaurateurs», précise Max Baladou. Côté consommateur, la salade mêlée – composée de laitues, chicorées ou encore de chou – conditionnée et prête à l'emploi, a pris beaucoup d'importance. Au contraire, «la vente de salade entière, à la pièce, a énormément baissé», a constaté celui qui compte plus de 30 ans d'expérience dans le domaine.

Le technicien en culture maraîchère souligne aussi qu'aujourd'hui, avec les périodes caniculaires, il devient parfois plus difficile de cultiver certaines salades. Par exemple, le rampon ou les jeunes pousses d'épinards cuisent sur-le-champ dès que la température dépasse 30 degrés. «La laitue de Morges n'aime pas non plus les canicules et est sensible aux maladies», ajoute-t-il. Entre la sélection de variétés, les évolutions techniques de culture et les défis environnementaux, le contenu de nos saladiers évoluera certainement.

LAITUE BATAVIA

Les feuilles de la laitue batavia peuvent varier du vert au rouge. Elle se cultive de mars à novembre.



CHICORÉE PAIN DE SUCRE

Disponible quasi toute l'année. Légume de garde abondant en automne et hiver. Pour ôter sa légère amertume, il convient de le tremper dans de l'eau tiède.

CHICORÉE FRISÉE

La saison de la chicorée frisée ou scarole va de mai à novembre.



ICEBERG

Très prisée des Suisses, ce qui en fait la variété la plus consommée. En pleine terre, elle se récolte d'avril à octobre et ne devrait jamais être conservée auprès de fruits.

LAITUE FEUILLE DE CHÊNE

La saison de la laitue feuille de chêne s'étend de mars à décembre. Elle est issue d'un croisement récent et a un arôme de noisette.



LOLLO VERTE OU ROUGE

Elle se consomme crue ou cuite et se récolte d'avril à novembre. Au goût légèrement amer.

RAMPON

On l'appelle aussi mâche ou doucette. Pousse toute l'année, bien qu'il devienne difficile de le cultiver lors de grandes chaleurs de plus de 30 degrés.



LAITUE ROMAINE

Se consomme crue ou cuite. On peut la récolter de mai à octobre.

LAITUE POMMÉE

De fin février à décembre, c'est la saison de la laitue pommée. Elle est l'une des plus consommées en Suisse avec l'iceberg.



Quelques adresses utiles

Chez certains producteurs de La Côte, il est possible d'acheter de la salade toute l'année ou presque, notamment – liste non exhaustive – chez Biscotte à Vinzel (biscotte.ch), au Marché Cuendet à Bremblens (www.marche-cuendet.ch), via le marché en ligne des Keuffer à Bremblens (www.culti-shop.ch), au Petit Frigo à Lussy-sur-Morges (lepetitfrigo.ch) ou encore au Panier Gourmand à Avenex. Et si vous voulez étendre vos connaissances, voici des sites intéressants pour mieux connaître les salades, leur saison ou encore leur conservation: l'Office technique maraîcher (www.legumes.ch) ou l'Union maraîchère suisse (www.legume.ch).