



Le vinaigre, la panacée universelle ?

Le vinaigre a longtemps préservé l'humanité des miasmes qui se répandaient dans son alimentation. Ce merveilleux breuvage, résultant de la simple acétification de toute solution alcoolisée, est extrêmement simple à obtenir : il suffit de laisser le temps d'agir à la bactérie *Mycoderma aceti*, naturellement présente dans l'air et transportée, si le besoin s'en fait sentir, par une mouchette nommée drosophile...

Mais le vinaigre, longtemps considéré comme la solution à tous nos maux, n'est plus aujourd'hui qu'un condiment parmi tant d'autres. Pourquoi pareille déchéance ? Sans doute parce que l'industrialisation de notre alimentation a, une fois de plus, travaillé à corrompre notre goût. Pour nos palais « civilisés », le vinaigre n'est plus qu'un vulgaire liquide acide qui nous arrache de vilaines grimaces. Des *process* industriels, parfaitement normalisés, l'ont aujourd'hui complètement dévalorisé ; ils ont jeté bas de son piédestal un breuvage pourtant apéritif, digestif, fortifiant, antiseptique, bactéricide, anti-infectieux, stimulant, assainissant, et j'en passe et des meilleures... Car le vinaigre soulage également les problèmes digestifs, conserve les aliments, soigne la peau... Qui peut dire mieux ?

Que s'est-il passé ? C'est très simple ! On ne peut apprécier à sa juste valeur un tel don de la nature qu'à la seule condition qu'il soit bien fabriqué ! Le vinaigre, en effet, doit non seulement résulter de la transformation de produits de base biologiques et propres ; il doit surtout ne pas être tué ensuite par une acétification ultra-rapide et par des filtrations exagérées... Bref, seuls de bons artisans peuvent encore nous garantir, en fin de parcours, un vrai et bon vinaigre riche des innombrables qualités qu'on lui prête traditionnellement... Ce dossier a donc l'ambition de vous emmener à la rencontre de ces trop rares « magiciens » du vinaigre ; il vous suggère aussi de devenir – pourquoi pas ? – les artisans de votre propre bien-être. Comment cela ? En faisant votre propre vinaigre, cela va de soi...

Geneviève Fournil et Richard Marietta

La méthode de fabrication du vinaigre fait toute la différence !

Transformer des produits bio est plus intéressant que transformer des produits conventionnels. Ce n'est certainement pas *Nature & Progrès* qui dira le contraire ! Toutefois, transformer des produits bio par le biais de méthodes industrielles n'est souvent qu'un moyen de s'acheter une virginité à bon marché. Ainsi en va-t-il du vinaigre : ce produit naturel, souvent réputé miraculeux pour la santé humaine, ne sortira tous ses effets qu'à la seule condition d'être fabriqué artisanalement, à l'aide d'une méthode qui garantisse son intégrité. Dans ce domaine, l'histoire et le travail de Geneviève Fournil et Richard Marietta sont particulièrement éclairants.

Par Dominique Parizel

Richard et sa première épouse s'installèrent à La Borde, dans le Tarn, en 1974, ayant en tête un système agricole autarcique avec quatre vaches et un cheval. Leur seul revenu venait de la vente du lait au village. Pas de quoi faire bouillir la marmite ! Très vite, lui s'en va donc voir ailleurs ; elle essaie vainement de poursuivre un projet personnel sur le lieu.

Plus tard, Richard rencontre Geneviève, une citadine toulousaine qui enseigne le français en Auvergne, à trois cents kilomètres de là... Retour à La Borde ; la petite exploitation avec sa

douzaine d'hectares est très difficile à mécaniser. Il faut donc faire preuve d'imagination. Un voisin apiculteur vend une centaine de ruches ; Geneviève en profite pour apprendre les rudiments de l'apiculture. Richard, lui, multiplie les expériences avec le miel : le voisin fabriquait justement un vinaigre de miel artisanal... Geneviève nous explique le reste.

▪ **Votre vinaigre de miel est un produit très spécifique ?**

Richard est né en banlieue parisienne. Il a beaucoup de problèmes avec l'acidité des vinaigres de vin qu'on utilise dans le Sud-Ouest : pendant longtemps, il a dû laver ses feuilles de salade sous le robinet pour en enlever le goût. Notre vinaigre de miel, par contre, provient d'une vieille recette d'apiculteur. Au début, il était extrêmement doux ; il ne faisait 4 degrés acétiques. Mais la loi française a changé en 1988 : pour avoir droit au mot « vinaigre », il faut au minimum 5 degrés acétiques. Cela fait une grosse différence, au niveau technique, car si n'importe qui peut pratiquement faire un vinaigre à 4 degrés, il faut davantage maîtriser le processus pour fabriquer un vinaigre à 5 degrés. Il faut respecter parfaitement la chronologie des fermentations ; la fermentation alcoolique doit précéder strictement la fermentation acétique, elles ne peuvent pas démarrer en même temps, ce qui peut se produire dans les vinaigriers domestiques.

Nous avons démarré notre première expérience de commercialisation, ici dans la région. Un grossiste nous a commandé une cinquantaine de cartons, c'était quasiment la totalité de la production du moment. Cette expérience nous a mis le pied à l'étrier. Nous avons donc approfondi notre travail. Richard a d'abord fait des expérimentations empiriques, puis nous avons consulté des œnologues, des gens dans des laboratoires ; nous voulions travailler avec une méthode artisanale, une méthode qui soit respectueuse des produits. Richard faisait alors de l'agriculture comme cela se faisait autrefois, sans produits chimiques, mais également sans aucune référence consciente à un mouvement. Nous avons alors adhéré à *Nature & Progrès*, en 1987, deux ans après avoir débuté la production.

▪ **Vous avez dû être apiculteurs avant tout ?**

Pour avoir du vinaigre de miel, il faut d'abord faire du miel : c'est dans notre conception des choses. Nous avons un concurrent, hors bio, qui fait du vinaigre de miel, mais qui achète tout ce qu'il transforme, fût-ce du miel de bananiers de l'autre bout du monde... Certains apiculteurs peuvent aussi avoir de petites productions de quelques centaines de litres à partir d'un hydromel qui a mal tourné. Notre spécificité est d'avoir associé une recette d'apiculteurs avec des techniques de vinaigriers. Nous avons dû apprendre à maîtriser la « méthode orléanaise » qui était utilisée dans la ville d'Orléans pour produire le vinaigre de vin. Il fut très difficile de trouver quelqu'un qui puisse nous donner des renseignements cohérents sur cette technique à l'ancienne qui est très différente de ce qu'on peut trouver aujourd'hui, même en bio. C'est un paradoxe car aucun cahier des charges n'existe en bio quant à la méthode de transformation du vinaigre. En agriculture biologique, il n'y a que des cahiers des charges de contrôle sur la matière première. En œnologie, pour le vin, il n'y en a pas non plus, sauf celui de *Nature & Progrès*...

On trouve donc – même en bio ! – des produits qui sont transformés en vingt-quatre heures en vinaigrerie – jusqu'à cinquante mille litres dans la journée ! – , qui sont filtrés dès l'entrée – on commence déjà à enlever une partie de la matière organique – et qui sont encore filtrés à la sortie. Finalement, de tels vinaigres sont absolument morts : tous les bienfaits des oligo-éléments et de la matière organique en ont été enlevés.

▪ **- Votre méthode est donc radicalement différente ?**

Nous, nous conservons tout. Nous ne filtrons pas, nous travaillons uniquement par décantation. Le liquide de départ est un petit hydromel léger, à 6° d'alcool, qu'on fabrique spécifiquement pour le transformer en vinaigre. L'hydromel vrai, l'alcool à boire, fait entre 15 et 18°, ce qui est beaucoup trop pour faire du vinaigre. Nous avons donc trois caves différentes, trois séries de tonneaux :

d'abord des foudres de neuf mille litres pour la fermentation alcoolique où se fait cet hydromel léger, ensuite des barriques de deux cent vingt litres pour la fermentation acétique qui sont percées de trous puisqu'il faut une abondante circulation d'air afin que la bactérie *Mycoderma aceti*, qui est présente dans l'air, puisse agir. Le liquide qu'on récupère dans ces barriques part enfin dans une troisième série de foudres, plus petits que dans la première cave, où le vinaigre va se décanter tout doucement et se clarifier jusqu'au conditionnement. C'est simplement en reposant que le vinaigre devient clair. Après ouverture d'une bouteille, de la « mère de vinaigre » peut donc se reformer en surface, signe qu'il y a encore un milieu vivant dans le vinaigre, qu'il y a encore des bactéries qui sont présentes. C'est une bonne indication, pour le consommateur, du fait que son produit est bien vivant. Il peut d'ailleurs aisément récupérer cette mère pour démarrer son vinaigre maison. Toutefois, beaucoup de gens – notamment ceux qui ont acheté mon livre – me demandent pourquoi ils n'y arrivent pas. Différents paramètres techniques doivent bien sûr être respectés, mais il faut surtout éviter de partir de fonds de bouteilles de vin qui sont justement traités pour ne pas tourner en vinaigre ; c'est même le cas avec des vins bio ! Il est vain de vouloir faire du vinaigre avec des produits bloqués, justement, pour ne pas faire de fermentation acétique. Il n'y a plus, en eux, de milieu vivant pour faire un départ de vinaigrier et pour permettre ensuite l'amorce d'une fermentation.

▪ - **Idéalement, pour faire du vinaigre, il faudrait faire son vin soi-même ?**

Ou, tout simplement, utiliser des vins bio qui ne soient pas bloqués, des vins labellisés *Nature & Progrès*, par exemple. On arrive alors facilement à avoir un petit vinaigre à deux ou trois degrés acétiques et à sept ou huit degrés d'alcool. Cela ressemble sans doute à ce qui devait se faire autrefois dans les fermes, à partir des petites piquettes locales. Nous, par rapport à la loi, nous ne pouvons pas avoir plus de 0,5° d'alcool résiduel dans le vinaigre final, et pas plus de 1° dans les vinaigres de vin.

▪ - **Pourquoi avoir adhéré à Nature & Progrès ?**

Nous avons rencontré les amis du groupe *Nature & Progrès* du Tarn en participant au salon Marjolaine, à Paris. Nous souhaitions alors passer d'un système de travail individuel et isolé à une avancée en commun et à une amélioration concertée des pratiques. Ensuite, nous avons été confrontés à la situation complètement absurde où, pour être en agriculture biologique, il fallait utiliser des produits chimiques de synthèse pour traiter nos ruches ! L'AB voulait, en effet, rester en conformité avec la loi pour le traitement contre la varroase ; nous, nous voulions utiliser des huiles essentielles, du thymol et des choses comme cela, mais on n'en avait pas le droit parce que les produits n'étaient pas agréés. Cela nous a paru trop fort...

Richard est aujourd'hui le président de *Nature & Progrès* Tarn ; il est très important pour nous de montrer aux gens autre chose qu'un produit qui soit simplement propre. Nous voulons inscrire notre ferme dans un cadre de production local, avec une implication sociale et solidaire, avec une cohérence d'ensemble par rapport au paysage... Nous avons des bêtes pour pouvoir cultiver le blé et faire le pain qui nous sert pour la maison ; nous en profitons donc pour expliquer la fabrication du pain aux visiteurs, pour leur dire qu'ils s'empoisonnent à petit feu quand ils achètent du pain complet fait avec de la farine conventionnelle... En conventionnel, il est, en effet, préférable de manger de la farine blanche car les pesticides se concentrent dans l'enveloppe des graines...

▪ - **Souhaiteriez-vous mettre au point un cahier des charges spécifique au vinaigre au sein de Nature & Progrès ?**

Il est difficile de susciter des réunions et des débats alors que nous sommes la seule expérience en matière de vinaigre au sein de *Nature & Progrès*. Cela dit, nous sommes quand même attachés à un tel cahier des charges car notre méthode nous paraît être la seule qui puisse convenir à *Nature & Progrès*. L'important, c'est la fermentation lente du vinaigre ; il s'agit d'une fermentation naturelle

qui respecte totalement le milieu de vie des bactéries. A acidité finale égale, notre vinaigre est beaucoup mieux toléré par l'appareil digestif humain que les autres vinaigres.

▪ - **En tant qu'apiculteurs, avez-vous déjà été confrontés au fipronil et à l'imidaclopride ?**

Il n'y a heureusement pas de grandes cultures dans les environs. Cela dit, nous transhumons sur des tournesols bio dont nous ne maîtrisons pas le voisinage à 100 % ; nous ne savons pas quelles semences utilisent les voisins conventionnels. Nous décalons également l'arrivée de nos ruches par rapport aux floraisons de tournesol. En général, les tournesols sont semés très tôt en conventionnel et fleurissent en premier. Les bio, eux, pratiquent d'abord un faux-semis, ce qui décale le semis de la plante et, par conséquent, la floraison. Les tournesols bio fleurissent donc huit ou dix jours après les tournesols conventionnels. Cela nous donne une petite marge de sécurité. De plus, comme les graines sont hyper-sélectionnées et que les floraisons – au lieu de se faire sur un mois, comme c'était encore le cas il y a quinze ans à peine – se font sur quinze jours, les abeilles vont en priorité là où cela mielle le plus, c'est-à-dire sur les tournesols bio. Voilà sans doute pourquoi nous n'avons pas de problèmes pour le moment...

▪ - **Tous les types de miels peuvent convenir pour fabriquer du vinaigre ?**

A priori, oui. Nous avons des miellées de châtaignier et de tournesol, mais tous les miels conviennent, semble-t-il, pour faire le vinaigre. Nos deux miels sont très opposés au niveau du goût et, après deux fermentations, on ne sent plus guère de différences dans le produit final.

▪ - **Vous vendez votre miel ?**

Ce n'est pas l'aspect principal de notre commercialisation. Nous avons deux cents ruches et nous utilisons exclusivement notre production de miel pour faire notre vinaigre. Sur trois ou quatre tonnes de miel que nous produisons, nous gardons une tonne et demi pour la vente directe en pots. Le reste sert à la transformation pour le vinaigre de miel et la moutarde. La valeur ajoutée est évidemment beaucoup plus importante sur ces produits-là. Nous commercialisons le vinaigre de miel nature, ainsi qu'une dizaine de miels aromatisés (ail, citron, sureau, serpolet, menthe, etc.) ainsi qu'un « miellaigre » à 3° acétiques. Nous avons aussi trois types de moutardes : douce, à l'ancienne et mi-forte...

▪ - **On peut visiter votre ferme ?**

On visite essentiellement la cave de fermentation acétique. Durant l'été, trois fois par semaine – mardi, mercredi et jeudi, à 16h30 – , nous proposons une visite plus complète, qui dure deux heures, où on montre toutes les caves et toute la production. Ce sont des visites que Richard a mises au point afin d'expliquer l'ensemble de notre démarche dans la bio. J'ai déjà expliqué comment nous profitons de ces visites guidées pour faire œuvre pédagogique, pour faire prendre conscience aux gens des réalités, notamment en terme d'alimentation et d'insertion dans un système de production locale.

Nous avons également un gîte et des chambres d'hôtes avec *Accueil Paysan*. Nous construisons actuellement une maison à ossature bois qui sera opérationnelle, en temps que gîte, dès cet été. Pour l'hiver, il y aura un mur solaire chauffant, un four à bois dans lequel on pourra également cuisiner et qui assurera aussi le chauffage. Le gîte sera doté d'un chauffe-eau solaire et aura la particularité de fonctionner avec des toilettes sèches. Nous voudrions le « tester » avant de le proposer au tout public afin de savoir comment les gens réagissent. Nous voudrions donc le louer d'abord à des gens réceptifs à ce genre de technique ; si des lecteurs de *Valériane* sont intéressés, il leur suffit de nous contacter...

Miellerie et vinaigrerie tarnaises

« Apis Vinaegria »

La Borde

F-81 340 Trébas

Tél : 0033/5/63.55.91.42

www.fournilmarietta.com

Vinaigre de pomme artisanal dans le pays de Herve

Difficile de trouver, par chez nous, un vinaigre à la fois artisanal et certifié bio. Nous avons pourtant déniché un vinaigre de pomme d'une douceur étonnante dans une petite ferme où bon nombre de vieux membres de *Nature & Progrès* s'en vont faire presser leurs pommes... Quittez donc Liège en direction de l'Allemagne et, passé la tranchée de Cheratte, sortez de l'autoroute à Barchon. Il vous restera quelques centaines de mètres à parcourir, à peine, pour rendre visite à Jean Bauwens et sa maman dans leur charmante petite exploitation de Heuseux...

Par Dominique Parizel

Car même bio, voyez-vous, l'écrasante majorité des vinaigres sont fabriqués de manière industrielle ! Cette méthode diffère radicalement de la traditionnelle méthode « orléanaise » qui laisse à la bactérie *Mycoderma aceti* tout le temps qui lui est nécessaire pour produire ses merveilleux effets ; tout au contraire, les fermentateurs, ou acétateurs, modernes sont équipés de turbines permettant d'injecter les énormes quantités d'air dont la bactérie a besoin pour proliférer très rapidement. On fabrique ainsi jusqu'à quinze mille litres de vinaigre... en une seule journée ! De plus, filtrage et décantation forcée privent le produit final de ses meilleures qualités. Rien de tout cela, évidemment, chez nos artisans...

« Nous avons commencé à faire du vinaigre, il y a huit ou neuf ans à peine, explique madame Bauwens, quand nous n'avons plus voulu garder de vaches à la ferme. Comme nous avons un hectare de vergers, rien que des pommiers non traités qui nous donnent de délicieuses *Jonagold*, nous avons tout naturellement songé à diversifier la transformation de nos pommes. Avant cela, nous avions dix vaches qui buvaient quinze cents litres de vinaigre sur leur hiver. Nous ne le faisons pas nous-mêmes, à l'époque, nous allions l'acheter à Stoumont... Grâce au vinaigre, il n'y a jamais eu le moindre problème de brucellose dans notre ferme, jamais la moindre mammite... »

Madame Bauwens nous explique qu'il a, bien sûr, fallu tâtonner un peu pour trouver la bonne méthode... Des problèmes survenaient parfois quand les pommes avaient un peu traîné ou quand les fruits étaient légèrement blessés parce qu'il avait chu des hautes tiges où ils avaient poussé... Aucune problème n'apparaissait à la presse, mais quand le jus était chauffé, une sorte d'écume pouvait apparaître. Jean a résolu le problème en remplissant la cuve à ras bord et en laissant reposer une nuit...

Miraculeux *Mycoderma aceti*

Aujourd'hui, l'opération consiste à transvaser dans la cave à vinaigre un moût de pomme, un jus d'il y a deux ans déjà, stocké dans des fûts fermés où il a fait sa fermentation alcoolique. Jean Bauwens, auparavant, nous fait longuement admirer la presse d'où ruisselle lentement un jus sucré ; sa maman nous conte les trésors d'ingéniosité qui furent nécessaires pour qu'elle puisse entrer et prendre place dans le local...

« Nous ne fabriquons pas notre vinaigre à partir de vieux cidre, explique ensuite madame Bauwens, mais directement à partir du jus de nos pommes. Celles-ci sont d'abord pressées par nos soins. Puis, on met le jus dans de grandes récipients fermés pour que la fermentation alcoolique se fasse

lentement. On l'y laisse pendant plus d'un an. Le moût qui s'y trouve maintenant n'est même pas du jus de l'année passée, mais de l'année d'avant... »

Ce moût légèrement alcoolisé est ensuite transporté dans la cave à vinaigre et, dès qu'il le temps sera meilleur, la fermentation acétique s'accéléra sous l'effet de la chaleur. La fenêtre de la cave restera ouverte car beaucoup d'air est nécessaire au développement de la bactérie qui fait le vinaigre... Le moût que Jean va transvaser en ce début janvier demeurera là, à l'air libre, pendant plus de six mois et ne pourra être vendu comme vinaigre qu'aux alentours du mois de septembre quand la fermentation acétique sera terminée...

« On n'ajoute strictement rien pour le faire aller un peu plus vite ou quoi que ce soit, insiste madame Bauwens, notre vinaigre se fera et se décantera de lui-même ; nous n'avons pas de machines pour filtrer ou pour décanter... »

Eh oui, la fabrication du vinaigre artisanal n'a rien de spectaculaire : *Mycoderma aceti*, la sympathique bactérie présente dans l'air ambiant travaille pour nous ! Sachez toutefois que cette bactérie est transportée par une inoffensive petite mouche, la drosophile. Sont-elles nombreuses, ces drosophiles, l'été dans la vinaigrerie ? Madame Bauwens ne nous le dira pas : cela pourrait ne pas plaire à l'inspection de l'hygiène. La nature, pourtant, est ainsi faite... Mais rassurez-vous, la vinaigrerie des Bauwens est impeccable ; même la couleur sur les murs est bio.

« On n'utilise que du bio, dit notre hôte, sinon mon fils devient allergique ; il s'intoxique facilement. Mon petit-fils, lui, à deux ans, demande un demi-seau de vinaigre dans son bain ; il me dit toujours que ça lui fait tant de bien... »

Des « mères de vinaigre » d'une belle épaisseur

Le vinaigre, c'est comme le fromage : il faut absolument éviter que trop d'hygiène tue les bactéries qui sont naturellement présentes dans l'air, sinon c'en sera fini du vinaigre artisanal.

« Nous, on n'ajoute absolument rien, clament les Bauwens à l'unisson, ce sont les ferments naturels, qui sont dans l'air, qui font tout le travail. C'est pour cela qu'il faut de l'air, du temps et, pour bien faire de la chaleur. A la bonne température, deux mois ou deux mois et demi devraient suffire pour faire un bon vinaigre, mais ici, avec nos périodes de froid et de gel, il faut compter beaucoup plus de temps. »

Dans la cave, on trouve donc des vinaigres en devenir, à différents stades de fermentation acétique. Une épaisse peau, la « mère de vinaigre », se forme sur le produit terminé, comme si celui-ci voulait se protéger. Bien sûr, la mère est toujours beaucoup plus belle en été ; certaines font même plusieurs centimètres d'épaisseur...

« La chaleur est importante, dit madame Bauwens ; une température constante de 20°C serait idéale, mais plutôt que de consommer de l'énergie pour chauffer la cave, nous préférons produire au maximum en été. Nous donnons les « mères de vinaigre » à nos bons clients... La plupart les prennent pour se soigner, mais ils peuvent aussi s'en servir pour démarrer eux-mêmes leur propre production : qu'ils viennent faire presser leurs pommes ici, ils feront ensuite, à leur guise, leur propre vinaigre... Et s'ils mettent la mère dans des fonds de vin, cela marchera aussi... »

Jamais malade grâce au vinaigre !

Madame Bauwens nous explique alors longuement comment utiliser les « mères de vinaigre » comme emplâtres sur des entorses, des foulures ou des brûlures.

« Le lendemain, affirme-t-elle, une mère de plusieurs centimètres ne sera pas plus épaisse qu'une feuille de papier à cigarette. Tout sera rentré dans le corps ! Beaucoup de gens viennent donc en chercher pour se frotter, pour se soigner. Nous faisons aussi un vinaigre où macèrent des feuilles de noyer : une école nous en a demandé pour soigner les poux des élèves... Nous fabriquons

également des préparations avec de l'ortie et du thym pour se frotter les cheveux. On peut aromatiser le vinaigre à tout ce qu'on veut. Nous allons même essayer avec des pétales de roses... »

Notre hôte n'hésite même pas à affirmer que la peste aviaire n'existerait pas si toutes les volailles avaient été soignées au vinaigre.

« Certains clients viennent en chercher par bidons de cinq litres pour leurs canaris ou leurs pigeons, dit-elle ; je connais un colombophile qui veut un vinaigre où macère de l'ail des ours (*Allium ursinum*)... Il en prend vingt litres à la fois... Moi-même, si je n'avais pas le vinaigre, je ne ferais pas tout ce que je fais ! »

Quand on, lui demande si elle n'est jamais malade, madame Bauwens répond qu'elle n'a même pas de médecin traitant. Selon elle, prendre du vinaigre en prévention est la solution idéale : un petit verre chaque jour, allongé d'eau ou de jus de pomme...

« Evidemment, mon vinaigre est très doux et se digère facilement, concède-t-elle ; on arrive à le boire aisément, ce qui n'est pas le cas des vinaigres, même bio, qu'on trouve en magasin. Ce vinaigre-là reste un vinaigre industriel fabriqué en vingt-quatre heures à peine... Mon vinaigre à moi peut vieillir sans problème, mais si vous le gardez un an, il va devenir plus noir et plus fort. Et si les bouchons ne sont pas bien refermés, de la mère se reformera sur la surface, ce qui indique bien que le produit est vivant... »

De la production de vinaigre... à celle du cidre !

Forts de leur expérience en matière de vinaigre, les Bauwens ont maintenant décidé de s'attaquer à la production de cidre.

« C'est monsieur Broset, du moulin de Ferrières, à Lavoir, qui nous a donné la recette, dit madame Bauwens... Il suffit, pour faire du cidre, d'ajouter du sucre au moût qui a terminé sa fermentation alcoolique. Pour la petite production que nous commençons cette année, nous serons très attentifs à travailler avec le calendrier lunaire. Il faut compter quatre mois pour faire un bon cidre ; nous veillerons à le soutirer avant que les arbres ne fleurissent et en lune décroissante. Il est impératif de le mettre en bouteilles par temps clair, sinon il court le risque d'être tout brouillé ; quelque chose ne se fera pas... Il aussi éviter de déranger un cidre en train de se faire. Un jour, j'ai voulu en goûter un et, comme j'avais les mains mouillées, j'ai malencontreusement laissé tomber un petit gobelet en plastique dans le fut. Je ne suis pas allée le rechercher, mais le cidre de ce fût-là a été complètement brouillé. Un simple mouvement à l'intérieur de la cuve a donc suffi à modifier le cidre et à transformer complètement son goût... Cela pourra vous paraître bizarre, mais c'est pourtant comme cela. »

Recette de madame Bauwens pour préparer ses délicieuses *Jonagold*

Enlevez le milieu des pommes. Saupoudrez très légèrement de sucre bio et de cannelle. Mettez-les au four avec un fond d'eau et laissez au moins une heure et demi à 200°C à peine, avec une chaleur tournante, si possible, afin que les pommes cuisent de tous les côtés. Sortez du four quand les pommes sont molles et brunes.

Jean
1,
B-4632 Heuseux
04/377.45.64.

rue

Bauwens
Joly

Le vinaigre maison, facile et tellement bon...

La fabrication du vinaigre maison est simple à mettre en œuvre. Elle ne demande aucun investissement indispensable et n'exige du travail que de la part des bactéries acétiques. Pourquoi alors ne pas vous essayer au métier d'artisan vinaigrier ? L'incomparable qualité de votre

production ne vous laissera que le seul choix de persévérer dans cette fonction toute neuve... Allez-y, étonnez-vous !

Par Philippe Delwiche

Une fois bien assimilées les quelques règles indispensables à la fabrication du vinaigre, le travail consiste tout simplement à remettre dans le vinaigrier, après soutirage de vinaigre, la même quantité de boisson alcoolisée, vin, cidre ou bière. Nous allons donc commencer par les conditions indispensables à la réussite du vinaigre.

Les facteurs importants

- la bactérie indispensable

La bactérie acétique indispensable à la fabrication du vinaigre a pour nom scientifique *Mycoderma aceti* et se trouve naturellement dans l'air. Mais se fier, afin de démarrer une acétification, à cette simple présence dans l'atmosphère de votre domicile risque cependant de vous faire déchanter et de vous faire rater vos premiers essais. L'idéal consiste donc à ensemer avec un morceau de « mère de vinaigre » qu'on devra recevoir... d'une personne faisant déjà son vinaigre.

- la « mère de vinaigre »

La « mère de vinaigre » est le regroupement des bactéries acétiques qui se forme en surface du vinaigre. Elle a une consistance gélatineuse mais ferme et une couleur proche du liquide qu'on acétifie et va donc du blanc crème au rouge. La « mère de vinaigre » doit flotter en surface afin d'assurer l'acétification car les bactéries ont besoin d'air pour assurer ce travail. En 1924, Pasteur écrivait déjà dans ses *Etudes sur le vinaigre et le vin* : « *J'ai reconnu que la fleur de vinaigre [mère] ne détermine plus l'acétification dès qu'elle est submergée. Il faut, pour qu'elle agisse, qu'elle recouvre la surface du liquide.* »

Pasteur précise cependant que « *le *Mycoderma aceti* submergé n'acétifie pas alors même qu'il continue de vivre et de se multiplier.* » Les mères englouties permettent donc de démarrer une acétification dans un nouveau vinaigrier. Elles ne doivent, de toute manière, jamais être jetées car elles sont composées, à plus de 99 %, de vinaigre. Il suffit de les presser dans la main afin de récupérer celui-ci.

Lorsque vous serez en possession d'une mère qui vous permettra de démarrer un vinaigre, il vous sera peut-être difficile de la maintenir en surface. Voici donc un petit truc très utile : déposez en surface deux petits bâtonnets de hêtre utilisés par les médecins afin d'examiner la gorge des patients et posez délicatement la mère dessus, cela l'aidera à flotter. Une autre manière d'assurer l'ensemencement consiste à récupérer tout le vinaigre de la mère par pressage – car il est particulièrement riche en bactéries acétiques – et à le laisser ensuite couler délicatement en surface.

- la température

Mycoderma aceti est inactive au-dessous de 10°C. Entre 15 et 30°C, elle se montre de plus en plus active et l'acétification est dix fois plus rapide à 25°C qu'à 10°C ! Le vinaigrier sera donc déposé dans un endroit toujours chaud de la maison comme la cuisine. Certains profitent de l'été afin de réaliser toute la provision de vinaigre.

- le degré d'alcool

Trop d'alcool déplaît à la mère de vinaigre, mais la tolérance à l'alcool augmente avec l'élévation de la température. La saturation commence dès 6 à 7° d'alcool, dans un local chauffé à 15°C. En été, lorsque la température dépasse 20°C, jour et nuit, il est possible de transformer des boissons titrant 8° d'alcool. Ce titrage est cependant un maximum si on veut avoir la garantie de toujours réussir son vinaigre. Pour un vin titrant à 12° d'alcool qu'on désire vinifier à des températures plus basses, il suffit de diminuer le taux d'alcool par un ajout d'eau. En apportant deux parts d'eau pour

trois parts de vin – un demi-litre d'eau pour une bouteille de septante-cinq centilitres – , on amène ainsi le titre d'alcool vers 7°. Certains conseillent également de chauffer le vin afin d'abaisser le taux d'alcool par évaporation.

- le pH

Le pH idéal de la boisson à acétifier se situe entre 3,5 et 5. Si le pH est inférieur à 3, les bactéries acétiques se reproduisent très lentement et l'acétification, trop lente, peut donner un mauvais vinaigre. Un simple ajout d'eau relèvera cependant le pH. La proportion d'eau conseillée ci-dessus pour abaisser le titre d'alcool - deux parts d'eau pour trois de vin – relèvera le pH d'environ deux unités.

- l'air

L'oxygène est indispensable à la vie et à l'activité des bactéries acétiques et la transformation d'un litre de cidre titrant à 5° d'alcool demande tout l'oxygène contenu dans cent litres d'air ! Des copeaux de hêtre ajoutés dans le récipient augmentent les contacts air-vin et facilitent donc l'acétification. Ils jouent également un rôle clarifiant.

L'oxygène est donc indispensable à l'acétification et il faut donc toujours veiller à permettre le renouvellement de l'air en entrouvrant le couvercle du vinaigrier pendant trois à quatre semaines après un nouvel ajout de boisson alcoolisée. Après ce laps de temps, le couvercle peut-être refermé.

- les drosophiles

Ces petites mouches se rencontrent communément, en été, sur les fruits tombés et en état de décomposition. Il est impossible de ne pas les rencontrer, un jour ou l'autre, à voler autour de votre vinaigrier, attirées par la bonne odeur du vinaigre. Il n'y a qu'une seule parade possible : obturer l'orifice d'aération du vinaigrier avec une étamine collée au pot par un élastique.

- les nématodes

L'anguillule du vinaigre ressemble à un tout fin fil à coudre blanc. Il vit au contact de l'air, dans la mère dont il perturbe le fonctionnement. Il ne peut pas survivre à l'obscurité totale.

Le vinaigrier

- les matériaux

En principe, tout récipient résistant à l'acide acétique et ayant une bonne ouverture pour l'aération convient parfaitement.

Le grès : les potiers réalisent de magnifiques vinaigrier en terre cuite ; il faut cependant vous assurer, à l'achat, que la terre est exempte de plomb qui passerait alors dans votre vinaigre.

Le verre : de nombreux contenants en verre sont utilisables et ont l'avantage d'être gratuits.

Le bois : un tonneau en bois du type « tonneau à Porto » permettra une bonne acétification, moyennant la création de deux petits trous. Le bois apporte une touche aromatique particulière au vinaigre et est encore utilisé aujourd'hui, en France, par les derniers vinaigriers orléanais. L'entretien, et le retrait des mères en excès en particulier, est toutefois plus difficile avec ce contenant.

- la forme

La forme idéale – le cylindre – permet à la mère de monter et de descendre facilement, sans être immergée, au gré des retraits de vinaigre et des ajouts de vin ou de cidre. Les vinaigriers en grès, trop souvent conçu pour plaire à l'œil, sont parfois très difficiles à utiliser. Un bocal à stériliser en verre, genre weck, est par contre le vinaigrier amateur idéal.

- le robinet

Les robinets placés sur les vinaigriers du commerce sont trop petits et se bouchent souvent très vite avec des morceaux de mère. Ils peuvent également être utilisés pour remettre du liquide alcoolisé par le bas.

- les boissons à acétifier

Toutes les boissons ayant un titre d'alcool inférieur à 8° conviennent pour la fabrication de vinaigre. Vins, cidres ou bières, biologiques bien entendu, conviennent parfaitement, ainsi que vos vins de fruits ou l'hydromel. Les mélanges, les fonds de bouteille conviennent parfaitement. Une mauvaise boisson alcoolisée ne fera cependant jamais un bon vinaigre. Si vous appréciez le vinaigre de cidre, préférez-le car il est le meilleur sur le plan de la santé.

Si vous vous lancez dans la fabrication de vinaigre et si vous désirez obtenir un morceau de mère, il vous est toujours possible d'en retirer un morceau à notre siège social. Téléphonnez-nous et munissez-vous d'un bocal hermétique.

Quelques ouvrages sur le vinaigre disponibles à la librairie de *Nature & Progrès Belgique* :

- Yolande Chevrier, *Le vinaigre, remèdes, conseils et trucs*, Quebecor.
- Geneviève Fournil-Marietta, *Faites votre vinaigre*, Utovie.
- D.C. Jarvis, *Ces vieux remèdes qui guérissent*, Robert Laffont.
- Véronique Meglioli, *Le vinaigre fait maison, ses bienfaits en cuisine santé beauté*, Delville.
- Marie-France Müller, *Vinaigre santé*, Jouvence.

Tacuinum sanitatis, Allemagne, Rhénanie, XV^e siècle, Bibliothèque nationale de France, cote latin 9333 fol. 83v. d'après le médecin arabe Ibn Butlân, *Taqwim es Siha*.

Délices aux vinaigres

La dégustation de votre premier vinaigre maison sera sans doute une révélation, tant les arômes subtils sont préservés. En effet, ce vinaigre n'aura pas subi les filtrations, avant la mise en bouteille, que subissent les vinaigres du commerce, ce qui est le cas pour la plupart des vinaigres artisanaux et bio. Ces filtrations « débarrassent » le vinaigre d'une grosse part de ses qualités nutritives et organoleptiques. Quant à notre vinaigre maison, il sera encore possible d'augmenter sa qualité gustative en l'aromatisant...

Par Philippe Delwiche

1. Les vinaigres aromatisés

Deux méthodes existent pour aromatiser les vinaigres. D'une part, la macération consiste à placer les aromates ou condiments dans la bouteille de vinaigre elle-même. La décoction, d'autre part, est réalisée avec du vinaigre bouillant versé sur les plantes ; on attend ensuite une dizaine de jours avant de filtrer et de mettre en bouteille. Personnellement, je privilégie toujours la macération. Elle est plus facile mais, surtout, elle préserve mieux les qualités nutritives du vinaigre en écartant sa mise à ébullition et sa filtration. Les quantités données ici pour les recettes sont toujours prévues pour septante-cinq centilitres de vinaigre.

- **vinaigre à l'aneth**

Introduire un bouquet de feuillage et trois cuillerées à soupe d'aneth dans une bouteille remplie de vinaigre de vin blanc. Laisser macérer trois mois avant de consommer. Ce vinaigre convient bien pour assaisonner les salades de légumes estivales et particulièrement le concombre. Si vous produisez vos graines pensez que de nombreuses plantes offrent des graines aromatiques à associer

aux branches pour composer des vinaigres parfumés : fenouil, céleri, persil... Nombre d'autres plantes peuvent ainsi parfumer le vinaigre : estragon, sarriette, thym, romarin, angélique...

- **vinaigre de framboise**

A la maison, c'est un de nos vinaigres préférés et nous en consommons, chaque année, trois bouteilles de septante-cinq centilitres. Je le réalise donc avec du vinaigre de cidre, réputé meilleur pour la santé. Je profite de la faible production de framboises de début et de fin de saison : je récolte ainsi, à ces moments, les fruits les plus petits directement dans les bouteilles de vinaigre. Si votre production de framboises est faible, vous pouvez également mettre à macérer les pulpes issues de la fabrication d'une gelée. Ne filtrez pas car pulpes ou fruits vont progressivement se déposer au fond de la bouteille. Si toutefois vous désirez filtrer malgré tout, attendez trois à quatre mois afin que les parfums aient bien imprégné le vinaigre. D'autres fruits se prêtent particulièrement bien à l'aromatisation du vinaigre : cerises, fraises, figues... Toutes les pulpes de fruits rouges, même en mélanges, conviennent également parfaitement.

- **vinaigre de fleurs**

Bon nombre de fleurs comestibles se prêtent bien pour aromatiser un vinaigre. Un des plus connus est le vinaigre rosat, fabriqué avec des pétales de roses. Pour le fabriquer, on dispose dans un bocal cent cinquante grammes de pétales frais ou cinquante grammes de pétales secs de roses de Provins. On couvre d'un vinaigre de vin rouge fort (8°) et on laisse ensuite macérer pendant huit à dix jours. On retire enfin les pétales à l'aide d'un tamis afin de ne pas filtrer, on met en bouteille. Ce vinaigre convient très bien pour toutes les préparations aigre-douce, pour parfumer les salades de fruits et pour les conserves de fruits au vinaigre. Dilué dans de l'eau pure (1/10), ce vinaigre convient également pour les soins du visage et de la peau.

La rose gallique

Rosa gallica

La rose gallique, originaire d'Europe du sud-est, est l'ancêtre de milliers de variétés et a légué son merveilleux parfum à toute sa descendance, dont la plus connue est la rose de Provins, *Rosa officinalis*, également appelée rose des apothicaires. Depuis le Moyen-Âge, toutes les préparations, eau, miel ou vinaigre rosat sont faites avec les pétales de cette variété. Sa composition, principalement à base de tanin, d'acide gallique, d'huiles essentielles, d'albumine et de silice la fait recommander contre les maux de gorge – miel rosat – et les difficultés de digestion. En lotion, elle assainit et purifie la peau. Au jardin, le rosier de Provins est particulièrement recommandé pour sa résistance aux maladies et particulièrement à la maladie des taches noires, *Marssonina rosae*. La récolte des pétales de roses fraîchement épanouies s'effectue le matin, après la disparition de la rosée.

Un bouchon verseur pratique

Deux entailles opposées pratiquées dans un bouchon de liège fournissent un bouchon verseur très pratique. Une entaille assez profonde permet le passage du vinaigre alors que l'autre entaille, plus légère, permet simplement à l'air de rentrer dans la bouteille. Un essai avec de l'eau permet de tester le bouchon. Si le liquide coule trop lentement, il faut alors agrandir les entailles. S'il coule trop rapidement, il suffira d'enfoncer un peu plus le bouchon : cela resserrera les entailles. Comme je ne filtre jamais mes vinaigres, ce type de bouchon verseur offre l'avantage de faire office de filtre.

Tous les vinaigres peuvent être aromatisés par un ajout de jus de fruits ou de légumes. Un bouchon de ce type évite simplement la filtration pour les personnes qui n'apprécient pas un vinaigre où flotte des tissus végétaux. Le vinaigre doux est un vinaigre de vin auquel on ajoute la moitié de son

volume de jus de raisin frais. On le concentre éventuellement en le faisant réduire à feu doux. Le vinaigre doux convient particulièrement pour la fabrication des conserves aigres-douces.

2. Les conserves au vinaigre

« [...] pour répondre à ceulx qui dient que le vinaigre est vin putreffié, le contraire est vérité [...] il a ceste propriété qu'il garde de putrefaction : qui est une propriété moult grande. [...] »

(Cavigioli, *Livre des propriétés du vinaigre. Composé par Messire Baptiste des Cavigiolles de Massarie, docteur en médecine, Poitiers, 1541*)

Ce mode de conservation utilise l'acidité du vinaigre afin d'empêcher la multiplication des microorganismes responsables de l'altération des aliments. De nos jours, les usages les plus fréquents sont, le plus souvent, une déviance du mode originel de conservation par lactofermentation. C'est le cas, entre autres, des cornichons et des pickles. Il faut toujours utiliser des légumes et des fruits très frais, idéalement, qui viennent d'être cueillis.

- les cornichons

Nettoyer les cornichons fraîchement cueillis, les placer dans une passoire et les saupoudrer de gros sel afin qu'ils dégorgent toute une nuit. Le lendemain, les frotter dans un essuie. Couper l'extrémité côté fleur – opposée à la queue – car elle contient des enzymes qui peuvent ramollir le cornichon. Serrer les cornichons dans le bocal. Ajouter, selon les goûts, poivre et moutarde en grains, petits oignons ou échalotes, clous de girofle, laurier, branches d'estragon... Porter le vinaigre, de cidre ou de vin blanc, à ébullition et le verser bouillant afin de couvrir complètement et fermer hermétiquement. Attendre deux à trois mois avant de consommer...

- les petits oignons

Nettoyer et éplucher les oignons. Si les oignons sont très jeunes et très frais, il est possible de s'éviter la corvée de l'épluchage. Il suffit de les placer dans un seau, de les couvrir d'eau et de tourner vigoureusement la main dans le seau avec les doigts écartés – comme une ancienne machine à laver. Placer dans une passoire et saupoudrer de gros sel que l'on répartit bien, laisser dégorgé une nuit. Après la mise en bocal, pratiquer comme pour les cornichons.

- la betterave rouge

Nettoyer la betterave et la cuire à feu doux pendant vingt-cinq à trente minutes dans de l'eau salée sans l'avoir épluchée afin qu'elle conserve tout son jus. Eplucher et couper en lamelles de trois à quatre millimètres d'épaisseur. Disposer dans le bocal et continuer comme pour les cornichons mais avec du vinaigre de vin rouge.

Quelques remarques

- Il ne faut pas oublier que l'ébullition provoque l'évaporation de l'acide acétique. Une mise à ébullition trop longue risque donc de fournir un vinaigre qui ne peut plus jouer son rôle de conservateur.
- Le taux d'acidité idéal, pour les conserves, se situe vers 5 ou 6° acétiques, mais je n'ai trouvé aucun ouvrage qui le renseigne formellement. Cependant, dans son ouvrage *Le Livre du Vinaigre* (paru aux éditions Reuille), Emily Thacker fournit quelques informations pratiques afin d'améliorer les conserves au vinaigre : un vinaigre trop fort fournit des conserves coriaces ou rabougries, un vinaigre trop faible donne par contre des conserves molles, et une insuffisance d'acide acétique mène à des conserves gluantes...
- Le sel de table contient de l'amidon et trouble le liquide alors que l'excès de sel rend les conserves coriaces.

- Pour les conserves à l'aigre-doux, l'excès de sucre donne des conserves rabougries ; la cuisson des aliments ou la mise à ébullition du vinaigre dans une casserole de cuivre donne des conserves décolorées...
- L'eau ajoutée au vinaigre, trop riche en minéraux, fournit des conserves décolorées.