



Au Brésil, la récolte de l'açai commence.

Ce « super-aliment » amazonien séduit l'Europe

- Ce fruit est semblable à la myrtille et il incarne tout à la fois la préservation de l'environnement, le développement économique durable et les traditions culturelles de la région amazonienne.
- Les exportations d'açaí, un produit de plus en plus prisé sur les tables du monde entier, rapportent au Brésil plus d'un milliard d'euros par an

L'açaí (prononcer « assaï ») est un petit fruit violet foncé originaire de l'Amazonie, réputé pour ses vertus nutritionnelles exceptionnelles. Son goût singulier évoque un mélange subtil de fruits rouges, de chocolat noir, de framboise sauvage ou encore de raisin, relevé d'une pointe d'acidité.

Classé parmi les « super-aliments », l'açaí regorge d'acides aminés, de protéines, de vitamines et de minéraux. Il contribue à réduire le stress et l'anxiété en faisant baisser le taux de cortisol, favorise l'élimination des toxines et le bon fonctionnement du système digestif. Il booste aussi l'énergie et la vitalité et ralentit les effets du vieillissement grâce à ses propriétés antioxydantes. Enfin il aide à faire baisser le taux de cholestérol LDL ainsi que le poids corporel. Il est également reconnu pour renforcer les défenses immunitaires et faciliter l'élimination des graisses.

Dans le nord du Brésil, l'açaí est un aliment de consommation quotidienne. On le déguste avec de la farine de manioc, du poisson, des salades ou des sauces. On le retrouve aussi sous forme de jus, glaces, smoothies ou encore tel quel, à la cuillère.

Le fruit, une fois déshydraté, peut être réhydraté pour agrémenter gâteaux, sauces, jus ou plats salés. L'açaí est également utilisé dans la fabrication de cosmétiques aux usages variés.

L'açaí pousse sur un palmier appelé Euterpe oleracea, qui exige de grandes quantités d'eau pour fleurir. La récolte se concentre principalement entre août et novembre, au cœur de la saison sèche connue localement sous le nom d'« été amazonien ».

D'après l'Institut brésilien de géographie et de statistiques (IBGE), plus de 93 % de la production nationale d'açaí provient de l'État du Pará, au nord du Brésil, soit environ 1,7 million de tonnes par an.

Pour Marcelo Freixo, président de l'office national du tourisme brésilien (Embratur), « l'açaí est un véritable cadeau de l'Amazonie au monde, un ambassadeur vivant de notre gastronomie. Il incarne la richesse de notre biodiversité, mais aussi la possibilité de bâtir une économie dynamique et durable, en respectant la forêt et en valorisant les communautés locales. C'est ce modèle qu'Embratur veut faire découvrir aux voyageurs en quête d'expériences authentiques et porteuses de sens au Brésil ».

Du 10 au 21 novembre, Belém accueillera le Festival international de l'açaí du Pará. L'événement mettra à l'honneur la culture locale et la filière de production durable de ce fruit emblématique, qui joue un rôle crucial dans la préservation de l'écosystème amazonien. Des ateliers de formation à destination des cueilleurs seront également proposés pour améliorer les techniques de récolte.

En tant que destination touristique, Belém, située sur les rives de la baie de Guajará, offre un fascinant mélange entre la luxuriance de la forêt amazonienne et un patrimoine culturel riche, fruit de la rencontre entre traditions indigènes, influences africaines et héritage européen. Avec son architecture coloniale, ses marchés vivants et sa cuisine savoureuse, la capitale du Pará invite à plonger au cœur des racines du Brésil.

C'est à Belém également que se tiendra en novembre prochain la Conférence des Nations Unies sur le climat (COP30). Pour la première fois, cet événement majeur aura lieu au cœur même de l'Amazonie, la plus grande forêt tropicale de la planète et l'un des principaux réservoirs de biodiversité du monde, abritant à elle seule près de 10 % des espèces vivantes connues.

Que faire et que voir au Pará ?

- **Le marché Ver-o-Peso et le complexe Feliz Lusitânia.** Classé au patrimoine culturel du Brésil par l'Institut du patrimoine historique et artistique national (Iphan), Ver-o-Peso est le plus grand marché à ciel ouvert d'Amérique latine. Il offre une immersion vivante dans la culture du Pará : on y trouve de l'artisanat marajoara, des plantes médicinales, des fruits tropicaux, des épices, des plats typiques et bien plus encore. Juste à côté, le complexe touristique Feliz Lusitânia regroupe des bâtiments historiques datant de la colonisation et offre une superbe vue sur la baie de Guajará.
- **La station das Docas.** Ce centre culturel, gastronomique et touristique situé en bordure de la baie de Guajará est un passage incontournable. On y déguste des spécialités locales, comme la bière artisanale ou la célèbre glace à l'açaí, dans une atmosphère détendue au bord de l'eau. C'est également le point de départ

des excursions en bateau sur la baie et le fleuve Guamá, idéales pour admirer la ville depuis l'eau.

- **Le Théâtre da Paz.** Joyau de l'architecture néoclassique, le Théâtre da Paz est le plus grand du nord du Brésil et l'un des plus élégants du pays. Inspiré du Teatro alla Scala de Milan, il a été inauguré en 1878 pour accueillir les grandes productions lyriques de l'époque. Véritable témoin du passé prospère de Belém, il continue d'accueillir concerts, ballets et opéras dans un cadre somptueux.
- **Mangal das Garças et l'Île de Combu.** Situé en bordure du fleuve Guamá, le parc zoo botanique Mangal das Garças offre un concentré de biodiversité amazonienne en pleine ville. Depuis la place Princesa Isabel, il est possible d'embarquer pour l'île de Combu. En à peine 15 minutes de traversée, on se retrouve en pleine forêt tropicale, au cœur des communautés riveraines. La visite inclut des chemins de randonnée, des pauses gastronomiques et des visites guidées de plantations de cacao ainsi que de chocolateries artisanales.

Comment se rendre à Belém. *São Paulo et Rio de Janeiro sont les principales portes d'entrées aériennes internationales du Brésil. Ces deux métropoles proposent des vols quotidiens vers les villes amazoniennes telles que Belém, capitale de l'État du Pará, et Manaus, capitale de l'Amazonas, toutes deux situées dans le nord du pays.*