

À la découverte des fraises françaises et des Chefs qui les subliment

Étape 2 : la Bretagne

Chaque mois, l'AOPn Fraises de France - qui rassemble près de 400 producteurs de fraises en France - présente un territoire où le fruit préféré des français est l'un des produits les plus emblématiques. À chaque région son climat, sa manière de produire, son histoire et donc... sa variété de fraises ! Pour cette deuxième étape, l'AOPn Fraises de France s'arrête en Bretagne où le Chef étoilé Yvon Morvan dévoile une recette inédite pour sublimer et consommer (sans modération) la fameuse Gariguette.

La Bretagne : 4^{ème} bassin de production de fraises françaises

Depuis l'importation des premiers plans du Chili au XVIII^e siècle à aujourd'hui, la Bretagne est un territoire historique de production de fraises françaises. Majoritairement cultivées en hors sol, 3 500 tonnes de fraises bretonnes sont produites chaque année. La variété la plus cultivée est la Gariguette, dont la populaire "Gariguette de Plougastel". Les fraises bretonnes bénéficient d'un atout de taille : le micro climat ensoleillé autour de Plougastel, qui fournit des conditions météorologiques idéales pour la culture des fraises.

L'île flottante à l'eau de fraises du chef étoilé Yvon Morvan

Yvon Morvan, chef étoilé de l'établissement *Le Vioben* à Landéda (29), dévoile sa recette gourmande d'île flottante à l'eau de fraises de Plougastel, parfumée au basilic.

Pour 4 personnes



Ingrédients

- 600 g de fraises de Plougastel
- 5 blancs d'oeufs
- 60 g de sucre blanc
- 1 branche de basilic

Les étapes à suivre

1. Passer les fraises sous l'eau et les équeuter.
2. Couper les fraises en 2 (en réserver 2 pour le tartare en fin de recette) et les disposer dans un cul de poule avec 6 ou 7 feuilles de basilic. Ajouter si besoin une cuillère à soupe de sucre blanc.
3. Filmer le cul de poule pour garder toutes les saveurs et cuire le tout au bain-marie à petit feu pendant 2 heures, puis filtrer la préparation.



4. Monter les blancs en neige, verser le sucre et finir de fouetter fermement.
5. Avec une louche d'environ 8 cm de diamètre, réaliser des demi-sphères avec les blancs.
6. Porter de l'eau à ébullition dans une casserole, puis éteindre le feu et faire cuire les demi-sphères pendant environ 5 minutes, en les retournant à mi-cuisson à l'aide d'une écumoire. Il est aussi possible de les cuire au micro-onde pendant environ 40 secondes, moulées dans des ramequins.
7. Tailler les 2 fraises restantes en petits cubes.
8. Hacher une feuille de basilic et mélanger le tout.
9. Disposer le jus de fraise dans des assiettes creuses.
10. Creuser délicatement chaque demi-sphère à l'aide d'une cuillère pour y déposer le tartare et une petite feuille de basilic, et disposer sur le jus de fraise.

Tout un monde de recettes avec l'AOPn Fraises de France

Que l'on préfère le goût acidulé de la Gariguette, l'arôme sucré de la Ciflorette, le côté gourmand de la Charlotte ou encore la chair ferme des fraises rondes, la fraise française se déguste de 1001 manières. L'AOPn Fraises de France propose une multitude de recettes inventives et savoureuses. En entrée, en plat, en dessert, en boisson ou en confiture, la fraise n'en finira pas de surprendre ! Pour encore plus de recettes, RDV sur le site Internet de l'AOPn Fraises de France : www.fraisesdefrance.fr

À propos de l'AOPn Fraises de France

Les producteurs de l'AOPn Fraises de France (Association d'Organisations de Producteurs nationale) se sont regroupés en 2008 pour développer et pérenniser la production de fraises françaises. Les adhérents et producteurs de l'AOPn Fraises de France cultivent avec passion et exigence des variétés de qualité et qui ont du goût. Acheter des fraises de France, c'est la promesse de vivre de délicieux instants.

Quelques chiffres :

- 400 producteurs et 35 adhérents à l'AOPn Fraises de France
- Plus de 27 000 tonnes produites en 2021 par les adhérents de l'AOPn Fraises de France
- Soit 45% de la production de fraises française

