



Haricots séchés: un délice d'initiés

Dans le parc naturel régional du Gantrisch, le temps suspend son vol. Tout est encore plus authentique qu'ailleurs dans le pays. Et les haricots séchés de la ferme bio Obereichi font vivre la tradition culinaire.

Texte: Dominik Flammer Photos: Samuel Trümpy



Rüedu Schüpbach et Chrige Stämpfli.
À l'instar de la pomme de terre, le haricot vert est originaire d'Amérique du Sud.



Plus longs et délicats à préparer qu'on ne le croit, les haricots séchés ont un goût unique.

Parmi les produits de conservation traditionnels de Suisse figurent les haricots verts séchés. Originaires d'Amérique du Sud, les haricots verts n'y sont cultivés que depuis le XVIII^e siècle, mais comme leur cousine la pomme de terre, ils se sont rapidement imposés dans les plats typiques du pays. Ils complètent les légumes traditionnels conservés en vue de l'hiver comme la choucroute et les navets, mais aussi les diverses variétés de légumineuses autrefois cultivées. Tandis que les lentilles, féveroles ou pois chiches ont peu à peu régressé, les haricots séchés ont pris de l'importance. Au XX^e siècle, les surfaces cultivées ont diminué malgré une demande toujours élevée, à tel point que la plupart des haricots séchés vendus aujourd'hui dans le commerce sont importés. Mais pour les agriculteurs bio, notamment, ils font désormais partie des produits de niche les plus porteurs. Sur l'exploitation bio Obereichi de Lanzenhäusern, par exemple, dans le parc naturel régional du Gantrisch, Chrige Stämpfli et Rüedu Schüpbach vendent des haricots séchés de leur production, qui côtoient des fruits séchés, des pommes de terre ou des céréales comme l'épeautre. De tous les produits séchés, les haricots sont ceux qui demandent le plus de travail, car contrairement aux fruits, ils doivent être blanchis avant d'être séchés, faute de quoi ils seraient trop coriaces. «Je recommande à nos clients de les servir à la manière traditionnelle, en accompagnement d'une assiette bernoise, ou en salade», explique Rüedu Schüpbach. Une découverte étonnante, surtout pour les clients et convives étrangers. En effet, même dans le voisinage immédiat, en France ou en Autriche, les haricots verts séchés sont encore totalement inconnus.

Haricots et différents autres légumes et fruits séchés:
Chrige Stämpfli et Rüedu Schüpbach,
ferme bio Obereichi, 3148 Lanzenhäusern.
obereichi.ch



Dominik Flammer (51 ans) est auteur de livres et de scénarios, il est également spécialiste de la cuisine alpine et s'intéresse depuis 30 ans à l'histoire de l'alimentation.
publichistory.ch

Surface:	400 km ²
Communes:	22 (2 cantons)
Habitants:	env. 45 000

Le parc naturel du Gantrisch est situé dans le triangle formé par les villes de Berne, Thoun et Fribourg. Vallées profondes, hautes montagnes, rivières tumultueuses, lacs paisibles, forêts à n'en plus finir, et une mosaïque d'alpages et de prairies verdoyantes: ce paysage plein de vie est aussi un paradis pour les amoureux de la nature.

Pour le préserver, il importe de protéger la nature tout en favorisant le développement économique durable et la création de valeur dans la région.

L'agriculture occupe ici une

place de choix, tout comme la connexion entre la ville et la campagne: le parc veut créer un lien entre les paysans et le reste de la société. Des sentiers à thèmes conduisent les familles à travers les espaces naturels et les informent sur la faune et la flore du parc. Tous ces parcours sont raccordés au réseau dense des chemins de randonnée bernois, pour le plaisir de poursuivre la balade.

gantrisch.ch



parks.swiss



Photo: Le parc naturel régional du Gantrisch/Canyon Sense, Berne

Sommets majestueux et vallées profondes: la chaîne de montagnes du Gantrisch (ci-dessus), les gorges de la Singine et les ruines du château de Grasbourg.

**SE RENDRE
À SCHWARZENBURG**
De Lausanne 1 h 24 mn
De Berne 41 mn
De Délémont 2 h

