

DE SAISON À Champagne (VD), Laurent Cornu et sa compagne Monica transforment les choux, carottes et fenouils en délices fermentés. Un accompagnement exquis à marier avec des grillades estivales.

Les meilleurs légumes bios se muent en savoureux kimchi vaudois



© PHOTOS SEDRIK NEMETH



Pour créer ses jolis boccas multicolores, Laurent Cornu choisit des légumes de saison locaux et bios, auxquels il ajoute du sel et des épices. Les préparations patientent ensuite un mois à l'abri de l'air afin de favoriser la propagation de bactéries lactiques.

Bien avant la cuisson, la réfrigération et la congélation, la fermentation a permis de transformer des produits frais en conserves. Très à la mode aujourd'hui en raison de ses bienfaits pour la santé, elle se pratique à l'envi avec des légumes de saison. Laurent Cornu et sa compagne Monica se sont lancés avec passion dans cet art goûteux à Champagne, petite bourgade vaudoise à quelques encablures du lac de Neuchâtel. L'aventure de leur petite société baptisée Fermentierra a débuté en 2019 dans l'ancienne boulangerie du village, où est née la grande saga des flûtes croustillantes de Champagne.

Vertus digestives

Un peu boulanger et artiste à ses heures, Laurent a rencontré Monica en France. «Je fabriquais du pain au feu de bois, elle des vins nature. Nous sommes tous deux issus d'un parcours dans l'univers de la fermentation qui nécessite des moyens simples et des savoir-faire ancestraux.» C'est l'attrait de l'esthétique des boccas multicolores, l'envie de magnifier de bons

légumes bios locaux et l'intérêt pour la diététique qui ont convaincu le couple de monter son entreprise. «La lactofermentation est très répandue à travers le monde, rappelle Laurent Cornu. C'est une méthode de conservation intimement liée à la sédentarisation. Elle a été un peu oubliée dans nos contrées avec l'industrialisation et l'exode rural. La pratique coréenne du kimchi, à base de chou chinois, a fortement contribué au retour de ces produits, salués par les nutritionnistes pour leurs bienfaits, favorisant notamment la digestion.»

Du sel et des épices

En pratique, comment cela se passe-t-il? Tout commence avec des légumes de saison, idéalement cultivés sans pesticides. «Nous nous approvisionnons auprès de maraîchers bios vaudois et du Seeland. Au printemps, nous travaillons les radis et les premiers fenouils; l'été, les carottes, plusieurs légumes en assemblage jusqu'aux portes de l'hiver où nous transformons le chou notamment.» Le gros de la production se déroule de juin à janvier, en fonction de

la disponibilité chez les agriculteurs. Et le processus de fabrication est toujours le même. «Après avoir lavé et découpé les légumes, nous ajoutons du sel de mer, riche en oligoéléments, ou de la saumure quand il n'y a pas assez de jus, ce qui peut être le cas avec des carottes entières, par exemple. Pour avoir une préparation équilibrée en goût, il faut compter 1,5% du poids des légumes en sel. Ensuite, nous protégeons le tout de l'air afin de favoriser la propagation des bactéries lactiques et de développer l'acidité. Après avoir séjourné un bon mois dans des cuves en inox, les légumes sont ensuite conditionnés en boccas», résume l'artisan.

Chez Fermentierra, les préparations sont subtilement épicées, avec des condiments bios, histoire de varier les plaisirs. Dans un futur proche, Laurent envisage d'agrémenter ses recettes avec des herbes médicinales et sauvages et, pourquoi pas, du sel de Bex.

S'initier à la culture vivante

Les onze types de boccas, ainsi que les moutardes, sauces et têtes d'ail fermentées du couple vaudois font désormais un carton. Ils s'arrachent sur le site internet de l'entreprise, mais également dans quelque 80 enseignes en Suisse romande. Sur le podium des ventes figurent la choucroute de la mer (à base de chou et d'algues de Bretagne), les carottes à la marocaine, et le Swiss-Chi 1, variante helvétique du kimchi. Fermentierra travaille aussi à façon pour des maraîchers qui souhaitent valoriser leurs propres légumes et les proposer en vente directe ou en vrac.

LE PRODUCTEUR LAURENT CORNU

Son grand-père, André Cornu, était boulanger à Champagne. D'origine campagnarde, Laurent Cornu aurait pu construire sa vie dans un pétrin comme son aïeul. Il a préféré tenter les bancs de l'université. Un monde trop carré à ses yeux, qu'il quitte rapidement pour partir sur les routes du globe. Du Maroc à la France, en passant par les pays nordiques, de l'Est à l'Amérique latine, il développe son expérience dans le compagnonnage avec des artisans en apprenant leurs savoir-faire traditionnels. Il découvre les épices avec un traiteur indien et l'art de la fermentation avec feu le boulanger fribourgeois Edouard Sudan, passionné de pain et de choucroute. Une véritable révélation qui l'a conduit à développer son entreprise qui produit aujourd'hui 12 000 boccas par an.

Désirant transmettre leur passion, Laurent Cornu et sa compagne organisent au printemps et en automne des ateliers dans leurs locaux à Champagne. Les participants y apprennent l'art de la fermentation et repartent avec leurs cultures vivantes dans des boccas colorés. Ces sessions sont très prisées, raison pour laquelle ils proposent également des cours à domicile pour petits groupes tout au long de l'année.

MANUELLA MAGNIN ■

+ D'INFOS www.fermentierra.com

FERMENTS BONS À TOUT FAIRE

On distingue deux types de fermentation: celle qui peut être contrôlée grâce à l'ajout d'une culture de départ (fromage, pain) ou celle qui se déclenche spontanément sous l'action de levures et de bactéries présentes dans l'air (choucroute, kimchi). Dans cette dernière catégorie, on citera la fermentation lactique, intervenant dans la fabrication du yogourt, mais aussi de la choucroute et du kimchi, l'alcoolique permettant de produire de l'alcool à partir de jus de fruits, l'acétique transformant l'alcool en vinaigre ou encore la propionique, présente surtout dans l'affinage des fromages à pâte pressée cuite, comme le gruyère AOP. Elle est également à l'origine de la formation de trous dans l'emmental AOP.