

# LA POUTARGUE LE FLEURON DE LA GASTRONOMIE GRECQUE

## Historique

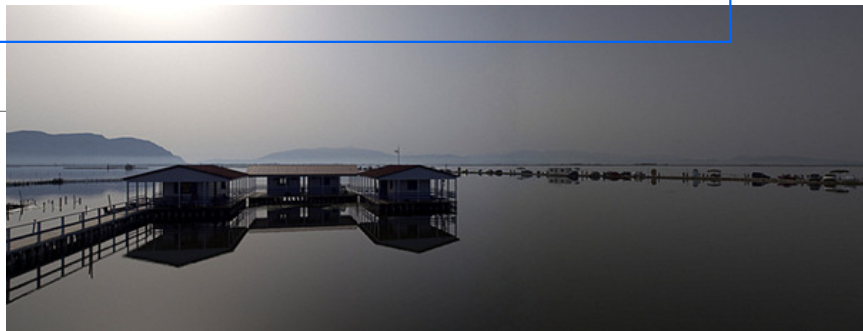
Son origine remonte à l'époque byzantine de l'histoire grecque.

La poutargue était considérée comme un met délicat depuis l' époque des Pharaons et était déjà connue à Byzance comme un élément nutritionnel nécessaire et important pour les anciens Grecs.

**L'AVGOTARACHO**, le caviar grec :

- Batarekh (arabe)
- Botarga (Espagnol)
- Bottarga (Italien)
- Karasumi (Japonais)
- Poutargue (Français)
- Boutargue (Français)

**des œufs de poisson**



Lagon de Missolonghi

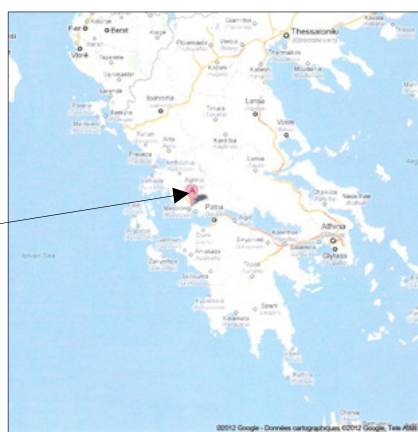
## Présentation - Localistation

Produit de la mer totalement naturel obtenu à partir du mulot commun gris qui vit généralement dans les mers d'eaux tièdes.

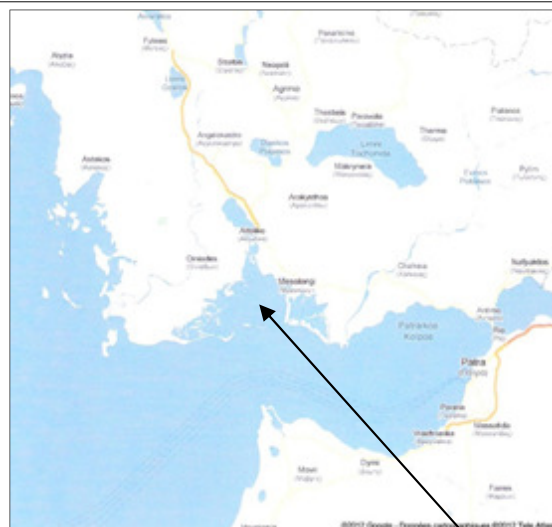
En Grèce on le localise dans le delta du fleuve Achéloos qui se trouve à l'ouest de Missolonghi, le plus vaste delta en Grèce. La lagune Missolonghi est l'un des plus grands lagons de la mer Méditerranée avec une profondeur de 1,5 m. Il est séparé du golfe de Patras bien que son eau de mer soit renouvelée à partir du Golfe, et communique au nord avec la lagune Aitolikon qui a un peu plus de 30 m de profondeur.

Les lagunes d'Aitolikon et Missolonghi sont les eaux poissonneuses les plus riches de Grèce.

La production de la poutargue est basée sur une procédé unique. Quand les femelles des mulots atteignent l'âge adulte, elles sont pêchées et leurs ovaires remplis d'œufs sont extraites en entier.



Lagune de Missolonghi



Lagune de Missolonghi

## **Préparation, Fabrication :**

La production de la poutargue est basée sur un procédé unique.

Les femelles pleines (le pêcheur en juge d'une pression des doigts à hauteur des ouïes) subissent un **prélèvement** d'une double poche qui ne doit absolument pas être blessée. C'est la phase la plus délicate de la fabrication. Côté queue du muge, un morceau de chair attaché à la double poche, appelé le pécou, est conservé pour :

- faire bouchon et éviter que les poches ne se vident
- suspendre, plus tard, la poutargue lors du séchage ou du fumage ou de sa manipulation.

Les poches sont rincées à l'eau froide, essuyées et posées sur une couche de cristaux de sel puis recouvertes de sel. Les poches sont déjà, à ce stade, triées par taille. La durée du **salage**, afin de les faire dégorger, en moyenne de 6 à 8 heures, est fonction de leur grosseur.

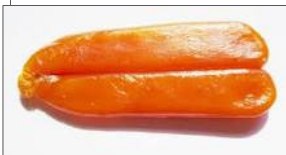
Elles sont alors **rincées** et rangées entre 2 planches de bois. Là, durant une seconde phase de **séchage** au soleil ou en clayettes ventilées durant 2 à 3 jours, les poutargues reçoivent une légère pression et s'aplatissent régulièrement pour obtenir cette forme caractéristique de parallépipède rectangle et d'une épaisseur d'1,5 cm. La cohésion des œufs est ainsi renforcée.

L'exsudation de sel est essuyée et les poutargues sont alors pendues par le pécou pour encore quelques jours durant lesquels leur saveur s'affine et s'affirme. Elles peuvent alors commencer à être consommées.

La couleur des minuscules grains est d'un miel ambré et la texture est souple.

Elles sont, en fabrication artisanale, présentées simplement dans leur gaine d'origine, naturelle et transparente. Les "industriels" les trempent, en sus, dans

de la paraffine alimentaire qui assure mieux leur conservation hors de toute oxydation à l'air. Certains utilisent, plus récemment, de la cire d'abeilles.



## **Consommation :**

On mange la poutargue de différentes manières : en la coupant en tranches aussi fines qu'une feuille de papier. On ôte la cire délicatement et les connaisseurs la mangent sans assaisonnement, certains ajoutent un filet de citron. D'autres la servent avec des blinis et de la crème sûre ou bien sur une brioche coupée en deux et beurrée ou sur un craquelin toujours avec un filet de citron.

On peut ajouter des morceaux de poutargue à une omelette aux poivrons et avec du fromage feta. Elle accompagne aussi parfaitement les plateaux de fruits de mers.

A travers le monde, en Italie, on la sert avec des figues fraîches un peu comme le prosciutto. Le contraste des saveurs s'harmonise très bien et prolonge le goût. Les Français la mangent nature ou sur une fine tranche de pain chaud beurré ou une brioche avec du champagne bien sûr. Les New-yorkais la préfèrent nature sur des feuilles de laitues et de chicorée.



CAVIAR MÉDITERRANÉEN

Souple, onctueuse et fondante, cette poutargue élaborée par la maison Trikalinos est un véritable must !

+ en savoir plus

**La Poutargue Trikalinos**

Ce n'est que récemment que la poutargue est devenue un produit de luxe. Avant les pêcheurs la mangeaient comme une entrée ordinaire.

## **Santé :**

L'Avgotarahos est riche en protéines A, B, C, en fer et en calcium. Elle constitue une source riche en acides gras omega-3, qui renforce la santé en agissant de façon positive sur le système cardiovasculaire et en renforçant le système immunitaire.