



## LES SAVEURS DE LA FORÊT

# Une action avec les faînes de hêtre en 2016

Et si on tirait une huile rare de cette paisson pleine?



Photos: Alain Douard/LA FORÊT

*Les hêtres sont cette année couverts de leurs fruits, les faînes.*

Exceptionnelle année de paisson pleine, 2016 offre l'occasion unique de valoriser les faînes de hêtre. ForêtSuisse soutient les propriétaires forestiers dans la production d'une huile comestible rare à base de faînes de foyards. Ce n'est pas une opération commerciale, mais plutôt un engagement guidé par la passion.

### Une occasion unique

Le phénomène a été observé par de nombreuses personnes et l'Institut fédéral de recherches sur la forêt, la neige et le paysage WSL l'a confirmé: pour le hêtre, 2016 marque une exceptionnelle paisson pleine, l'une des plus forte des 30

dernières années. Sur le Plateau suisse, les foyards ploient sous le poids des graines appelées faînes. Une situation qui va réjouir la faune entière, de la petite souris au sanglier, et il faudra compter cet hiver avec l'arrivée de millions de pinsons du Nord. Et pour l'être humain?

Il peut aussi en profiter! Ces fèves sont délicieuses et, préparées selon les règles, elles s'apprécient de nombreuses et diverses manières: sous forme de snacks, avec de la salade ou encore un risotto. A noter quand même que pendant les années de guerre, ces faînes étaient moulues et ajoutées au café ou à la farine. Mais attention, on peut aussi tirer de ces fruits du hêtre une huile comestible de premier choix.

### Une huile rare

L'huile de faînes de hêtre dégage un arôme de noix, plus développé que celui de l'huile de noix elle-même. C'est même l'une des huiles de production indigène les plus savoureuses. De par son taux élevé d'acides gras non saturés (env. 40%), elle est très saine. Cette huile peut accompagner de nombreuses recettes, des salades, des champignons ou encore du gibier, ou

peut même servir à épicer pâtisseries et gâteaux. En plus, l'huile de faînes de hêtre est un produit très rare, pas commercialisé en Suisse à ce jour alors qu'en Allemagne, on en trouve dans le commerce, mais uniquement les années où les faînes éclosent en suffisance.

### Une idée

La faînée en cours du hêtre pourrait permettre aux propriétaires forestiers et aux exploitations forestières de récolter ces faînes, de les valoriser et d'attirer l'attention du public avec des produits qui sortent de l'ordinaire.

ForêtSuisse organise dans l'optique d'un essai une «action faînes de hêtre 2016». Ceux qui récoltent des graines en suffisance peuvent les faire presser en huile de faînes de hêtre. ForêtSuisse gère l'organisation, la marche à suivre et développe un étiquette au message fort.

### La récolte

La récolte se déroule entre fin septembre et octobre, quand la majorité des faînes tombent à terre. Le moment de cette récolte pourrait représenter le point d'orgue de l'action, car ici, rien ne se passe sans un travail manuel de longue haleine.

Car qui récolte encore aujourd'hui en grandes quantités des faînes de hêtre? L'expérience fait défaut. Une recherche rapide n'a pas pu mettre en évidence la moindre méthode miracle. Alors que par le passé, les responsables forestiers pouvaient engager pour quelques sous des travailleurs journaliers pour cette tâche, ceux-ci n'étaient en ces temps pas payés à force de «francs forts». Alors peut-être que des membres des familles de forestiers ou des groupes de scouts seraient prêts à être motivés?

Une partie de la récolte pourrait être torréfiée sur place au feu de bois et directement offerte. Ou une rencontre avec les habitants alentour pourrait être organisée, et, en échange de chaque kilogramme de faînes récolté, un flacon d'huile offert...

Quant à la technique, les pépiniéristes qui récoltent des graines recommandent d'étendre de grands filets sous les hêtres les plus chargés et de les vider des faînes accumulées là le plus régulièrement possible, avant que les animaux n'y prennent goût.

### Association des propriétaires forestiers

ForêtSuisse, Rosenweg 14  
CH-4501 Soleure  
Tél. +41 32 625 88 00  
Fax +41 32 625 88 99  
info@foretsuisse.ch  
www.foretsuisse.ch



De la branche au flacon en passant par la presse...

D'autres tuyaux ou d'autres options existent certainement; nous en prenons volontiers note avant de vous les retransmettre.

## Le rendement

Les graines doivent être livrées propres et sèches au moulin, et plus elles sont sèches, mieux c'est. Les tremper rapide-

L'huile de faînes de hêtres suisse dans un flacon décoratif, un produit rare et une façon optimale de soigner ses clients et son image.



ment dans l'eau permet de séparer celles qui sont les bonnes de celles qui sont vides ou véreuses. Le point important est de stocker ensuite ces faînes au sec, à plat et dans un endroit aéré afin qu'aucune moisissure ne se développe. Mais en prenant garde aux souris et autres rongeurs!

La récolte est à livrer au moulin d'ici à fin octobre, et l'huile sera à disposition début décembre. Quant au rendement, les expériences réalisées sont minimales: 10 kilogrammes de faînes rendent environ 2 litres d'huile (ou peut-être un peu plus) pressée à froid.

## Le prix

Le prix de transformation de 10 kg de faînes au moulin est encore en discussion, mais pourrait s'élever à quelque 150 francs, filtrage et mise en bouteille dans des flacons décoratifs de 100 ml compris. D'où notre recommandation: à la vente, le prix du flacon de 1 dl devrait s'entendre autour de 25 francs au moins.

Au vu des petites quantités produites, du temps investi, aucune affaire commerciale n'est envisageable avec cette démarche. Mais comme exception culinaire par contre, ce produit est optimal pour soigner ses clients et son image.

## Le marketing

La vente de cette huile rare ne devrait pas présenter de problèmes. De petites quantités pourraient servir en tant que cadeau à caractère spécial pour des clients ou ses propres collaborateurs. N'empêche que de plus grandes quantités pourraient aussi trouver preneurs, car l'huile de faînes de hêtres suisse est quasi introuvable dans le commerce.

Des amateurs éclairés voudront y goûter et les gastronomes versés en la matière pourraient la mettre en évidence comme condiment en accompagnement avec des spécialités locales. Et si une production à plus grande échelle devait en résulter, ForêtSuisse soutiendra volontiers l'action



Un hêtre majestueux pour un poisson pleine.

avec des mesures accompagnatrices en communication, par exemple dans le cadre de la publicité pour les sapins de Noël indigènes.

## Participer

Exploitations et propriétaires forestiers qui souhaitent participer à cette «Action faînes de hêtres 2016» peuvent s'adresser par courriel à l'adresse ci-dessous. Ils recevront une notice avec détails et délais. Un échange d'expériences, des infos de fond et des suggestions seront publiées sur le site internet de ForêtSuisse.

L'action est un projet «pionnier» sans garantie de succès; nous comptons sur la participation et les réflexions de toutes les personnes concernées et espérons pouvoir collecter ainsi, pour l'avenir, de solides expériences.

### Informations:

urs.wehrli@waldschweiz.ch  
www.foretsuisse.ch

## Torréfier d'abord, ensuite croquer!

Pas de problèmes pour qui croque quelques faînes crues. Mais attention: ces graines contiennent de faibles doses de substances indigestes comme la fagine (choline) et l'acide prussique. Voilà pourquoi il faut les torréfier avant de les consommer. La méthode: passer les faînes rapidement dans l'eau bouillante, ensuite peler à l'aide d'un couteau pointu la coque extérieure ainsi ramollie, sans enlever la peau brune située juste au-dessous. Après, il s'agit de torréfier les graines dans une poêle préchauffée (sans huile), en les mélangeant pendant cinq minutes. Ces faînes peuvent être ensuite consommées «nature» ou légèrement salées, ou encore servir de garniture à de la salade, du risotto ou des pâtisseries.

# Cet article est tiré de



L'unique revue forestière de Suisse entièrement rédigée en français

Revue spécialisée dans le domaine de la forêt  
et du bois, paraît 11 fois par an

**Editeur:**

Economie forestière Suisse (EFS)  
Président: Max Binder  
Directeur: Markus Brunner  
Responsable d'édition: Urs Wehrli



**Rédaction:**

EFS, Rosenweg 14, 4501 Soleure  
tél. 032 625 88 00  
fax 032 625 88 99  
laforet@wvs.ch  
Rédacteur en chef: Fabio Gilardi (fg), gilardi@wvs.ch  
Rédacteur adjoint: Alain Douard (ad), douard@wvs.ch

**Administration:**

Rosenweg 14, 4501 Soleure, tél. 032 625 88 00,  
fax 032 625 88 99, <http://www.wvs.ch>

**Annonces:**

Agence d'Annonces Bienne SA, Roger Hauser,  
chemin du Long-Champ 135, CH-2501 Bienne  
T +41 32 344 83 84, F +41 32 344 83 53, M +41 79 669 92 55  
[anzeigen@gassmann.ch](mailto:anzeigen@gassmann.ch)

**Abonnements:**

Manuela Kaiser, [kaiser@wvs.ch](mailto:kaiser@wvs.ch)

**Prix de vente:**

Abonnement annuel: Fr. 89.-. Prix spéciaux pour apprentis,  
étudiants, retraités et groupes. Prix à l'unité: Fr. 10.-

**Tirage:**

1649 ex. (REMP 2013/2014)

**Impression:**

Stämpfli SA, Wölflistrasse 1, 3001 Berne

La reproduction des articles est autorisée uniquement  
avec l'accord de la rédaction.  
Mention des sources obligatoire

Label de qualité  
du groupe presse  
spécialisée  
de l'Association  
de la presse suisse



ISSN 0015-7597



**OUI, JE M'ABONNE À LA FORÊT (onze numéros par an)**

Tarifs 2015: Fr. 89.- par an  
Fr. 59.- par an (apprentis, étudiants, retraités)  
Fr. 118.- ou euros 98.- par an (pour l'étranger)

Entreprise/Nom/Prénom \_\_\_\_\_

Profession \_\_\_\_\_

Rue \_\_\_\_\_

NPA/Lieu \_\_\_\_\_

Tél. \_\_\_\_\_

**Vous pouvez imprimer cette page, découper le coupon et l'envoyer par la poste à:**  
Service abonnements, LA FORÊT, Economie forestière Suisse, Rosenweg 14, CH-4501 Soleure  
ou utiliser le bulletin d'abonnement en ligne