



Du chanvre pour les gourmets



Le chanvre fait actuellement figure de plante miracle – non pas pour ses effets psychotropes, mais pour ses qualités gustatives exceptionnelles.

Les graines de chanvre sont actuellement LA tendance du monde culinaire. Des huiles sont pressées à partir des graines de chanvre, et le tourteau sec peut quant à lui être moulu en farine. Les graines peuvent aussi être consommées entières. Grillées ou salées par exemple, comme le fait la jeune société suisse Alpenpionier. Cette dernière s'est spécialisée dans la promotion de la culture du chanvre dans les montagnes suisses.

Autrefois, la culture du chanvre était très répandue en Suisse. La plante était principalement cultivée pour ses fibres. Elle a été décriée au siècle dernier, car elle était également utilisée comme drogue. Mais il existe aussi aujourd'hui des variétés de chanvre dont la teneur en THC est quasi-nulle et dont les composants n'ont aucun effet psychotrope. Leur culture est d'ailleurs officiellement autorisée.

Les produits d'épicerie fine à base de chanvre se trouvent surtout dans les commerces de diététique. On peut tout simplement grignoter les graines grillées et salées. Pelées, elles sont très appréciées pour accompagner le muesli. L'huile est un ingrédient précieux dans la cuisine froide. Et la farine obtenue à partir



du tourteau peut être utilisée en pâtisserie par exemple. L'idéal est de remplacer une partie de la farine par de la farine de chanvre. Les brownies peuvent quant à eux être confectionnés à 100% avec de la farine de chanvre – bien sûr, ils sont alors légèrement moins aérés puisque ce type de farine ne contient pas de gluten. Les graines de chanvre peuvent bien entendu compléter le régime alimentaire des personnes allergiques au gluten.

Les fibres de chanvre sont toujours utilisées aujourd'hui. Après la récolte des graines, Alpenpionier les livre par exemple à une société qui s'en sert comme matériau de construction. Les fibres de chanvre sont par ailleurs de plus en plus souvent utilisées pour la fabrication de vêtements.

Ainsi, il sera bientôt possible de privilégier les produits régionaux non seulement dans son assiette, mais aussi dans sa garde-robe.