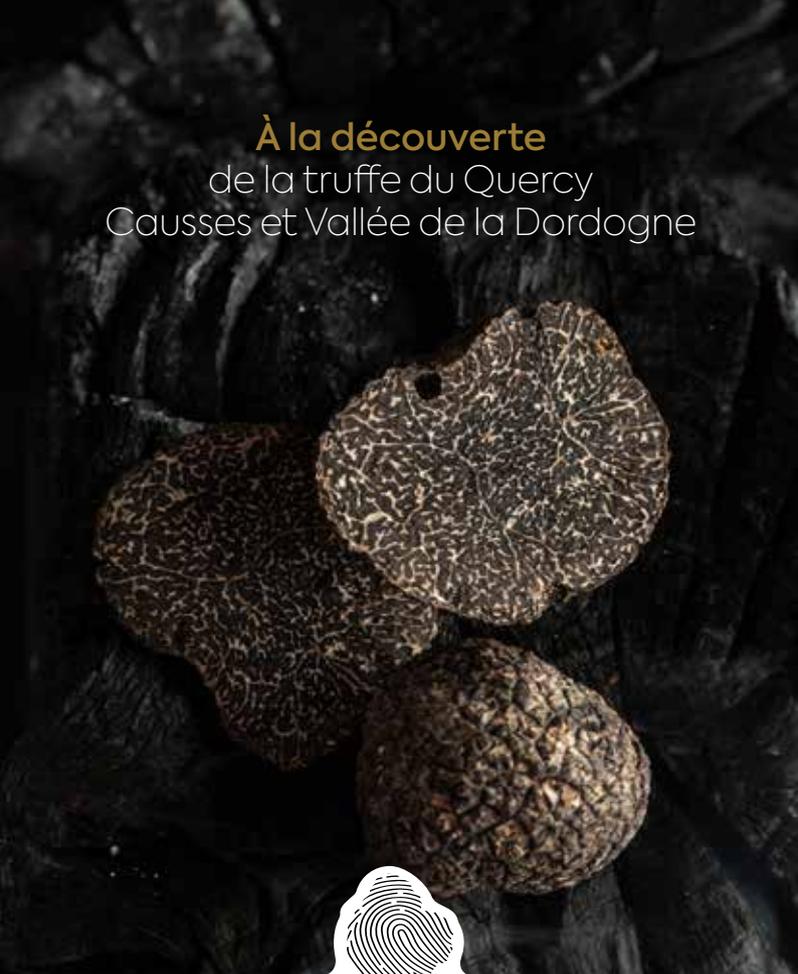


À la découverte
de la truffe du Quercy
Causses et Vallée de la Dordogne

hotelrepublique.com 2022 - © Maïlika Turm



LA TRUFFE
DU QUERCY

CAUSSES & VALLÉE
DE LA DORDOGNE



LA TRUFFE
DU QUERCY

CAUSSES & VALLÉE
DE LA DORDOGNE



Rédacteurs

(trufficulteurs ou amateurs, épicuriens pour sûr)

Raphaël Daubet : président de la communauté de communes Causses et Vallée de la Dordogne

François Moinet : vice-président en charge de la communication de la communauté de communes Causses et Vallée de la Dordogne, trufficulteur

Jean Launay : président de la fédération des trufficulteurs du Lot

Nicolas Gardère : président de l'association des trufficulteurs de la région de Martel

Stéphane Chambon : chef étoilé du pont de l'Ouyse

Delphine Vigne : la ferme de la truffe à Cuzance

François Chaumeil : ancien président de l'association des trufficulteurs de Martel

Pascal Ostrowski : chef du restaurant le Puymule à Saint-Céré

Anne Pecrix-Pinquier : directrice pour la communauté de communes Causses et Vallée de la Dordogne



Sa Majesté la Truffe est très discrète et très capricieuse

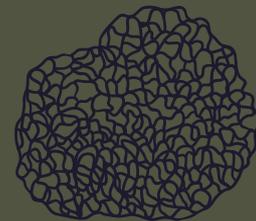
Elle se cache en son royaume souterrain dans les terres caillouteuses du causse ; elle a bien raison car elle est si succulente que quiconque en renifle le parfum n'a plus qu'une envie, c'est de s'en régaler. Et ce n'est pas un cochon truffier qui me contredira.

Alors, oui, ce petit livre vous sera utile. Il vous expliquera ce qu'est la truffe noire du Quercy Causses et Vallée de la Dordogne, où et comment on la trouve et bien sûr où et comment la déguster.

Le plus précieux des remerciements pour les trufficulteurs et les chefs restaurateurs, ce sera le plaisir que vous aurez à découvrir ce trésor...



Les mystères de la truffe



La truffe noire *melanosporum* : qu'est-ce que c'est ?

- a) la truffe est le fruit d'un champignon.
- b) il en existe partout dans le monde et de couleurs différentes.
- c) la truffe noire du Quercy est la meilleure au dire des gens d'ici... qui n'ont pas tort !

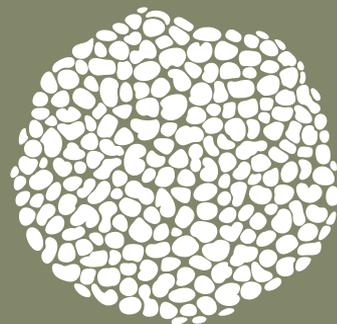
La *Tuber melanosporum*, c'est son nom latin, est unique parmi la vingtaine de truffes qui poussent en Europe. Elle se caractérise par sa couleur noire, son aspect bosselé et son parfum puissant. Sa chair est ferme et marbrée de veinules noires et blanches. Sa taille varie de celle d'une noix à celle d'une orange (mais c'est, hélas, assez rare !)

Champignon vient de *campinoli*

« petit produit des champs... » Derrière ce terme charmant se cachent des organismes surprenants composés de fins filaments (les mycéliums) qui colonisent le sol sur de grandes surfaces. Les champignons au sens commun sont leurs fruits. Sous la peau de la truffe, les veinules noires renferment les spores du champignon. Ce sont ses graines.

Comment naît-elle ?

La naissance de la truffe fut longtemps un mystère. On la croyait fille de la foudre et de la pluie. Aujourd'hui on en sait un peu plus : le mycélium émet des spores qui germent au printemps, grossissent l'été et atteignent leur maturité en hiver. Pour vivre et survivre, le mycélium doit être en symbiose avec un arbre truffier. Sur nos causses, ce sont le plus souvent des chênes pubescents, des chênes verts, parfois des noisetiers. Le mycelium et les racines de l'arbre sont en contact par des milliers de connexions (les mycorhizes) où se produisent les échanges. L'arbre offre au champignon sa sève riche en sucre et en vitamines et le champignon offre à l'arbre les sels minéraux qu'il extrait du sol.



Dans quel environnement ?

Les truffières naturelles existent depuis toujours. Elles se repèrent grâce au « brûlé », cette zone autour de l'arbre truffier où la végétation disparaît. Les sols calcaires, légers et caillouteux sont propices aux plantations nouvelles de chênes mycorhizés (le mycélium de la truffe a été artificiellement inoculé à leurs racines). Mais ces sols sèchent rapidement surtout en été au moment où la truffe grossit. On peut donc être amené à arroser les truffières notamment lorsque les pluies orageuses d'été se font attendre. Les anciens, eux, couvraient les brûlés de branches coupées ou de paille pour limiter l'évaporation.

« En descendant du Massif central, la rivière Dordogne traverse les plateaux calcaires du Quercy. Elle a entaillé une vallée profonde : le territoire des causses et vallée de la Dordogne. Là, au nord du Lot, aux portes de l'Occitanie, s'y nichent de petits villages comme Rocamadour, Autoire, Padirac, Loubrillac, Martel, Carennac, tous classés plus beaux villages de France. Notre territoire regorge de produits de qualité. Que ce soit l'agneau Label Rouge fermier du Quercy, la noix AOP Périgord, le fromage AOP Rocamadour, le canard IGP sud-ouest, les vins IGP des Coteaux de Glanes, les asperges, la prune, le veau sous la mère et bien d'autres... la liste est longue, trop longue pour ne pas en oublier. La gastronomie est la garantie d'une qualité de vie et la truffe fait partie intégrante historiquement de notre tradition culinaire et gastronomique notamment de nos marchés »

Raphaël Daubet : président de la communauté de communes causses et vallée de la Dordogne.

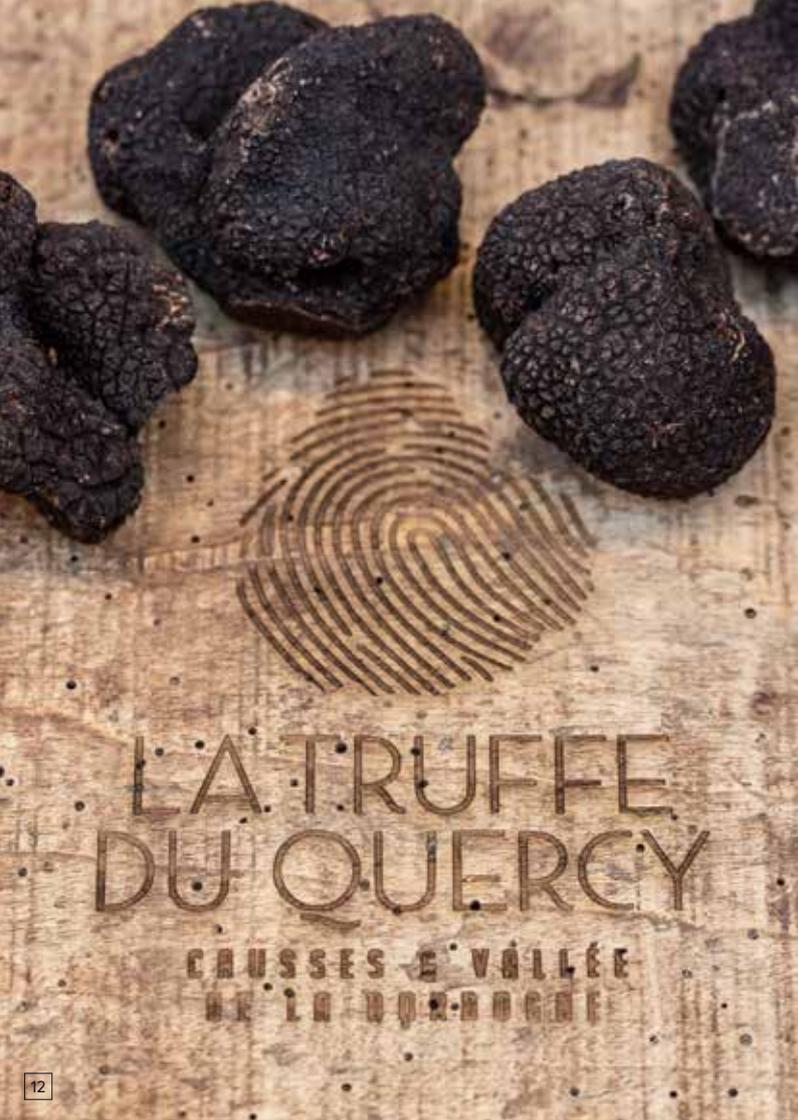
Comment la trouve-t-on ?

Cavage : action de chercher les truffes avec un animal

Le parfum de la truffe à maturité est puissant mais, enfouie dans la terre, ce ne sont que quelques molécules parfumées qui s'échappent à l'air libre et il faut un odorat fort pour les capter. Celui du cochon et du chien font merveille. Traditionnellement, on utilisait une truie gourmande mais il fallait être rapide pour l'empêcher d'avaler la récolte et compenser sa frustration par quelques grains de maïs. Le chien est plus docile. Bien dressé, il marque l'emplacement des truffes par un coup de patte. On le récompense avec un petit morceau de biscuit ou une croquette. Il y a aussi une mouche jaune qui se pose au-dessus des truffes pour y pondre ses œufs mais, même pour les plus attentifs, c'est une recherche assez aléatoire.



Si vous croisez sur le causse, un jour ensoleillé d'hiver, un homme à quatre pattes et le nez terreux, ne vous inquiétez pas, c'est mon voisin qui cave. Car certains hommes ont un nez remarquable. Le sien l'est, mais il faut qu'il rase la terre et c'est ce qui le trahit ! On sait d'où il revient...

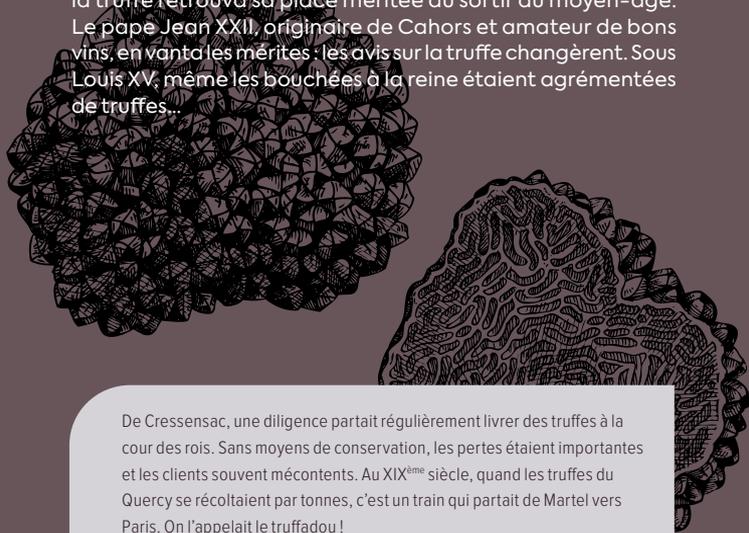


La truffe du Quercy
Causse et Vallée de la Dordogne...
son histoire



Jadis...

Appréciée depuis des millénaires, la truffe a toujours été valorisée sur les meilleures tables. Gourmandise des puissants comme des humbles paysans caveurs, elle était cuisinée de nombreuses façons. Après l'époque romaine, ce noir tubercule issu du monde souterrain, supposé érotique, païen, poussant sous les chênes vénérés par les druides, fut banni par l'église. Heureusement la truffe retrouva sa place méritée au sortir du moyen-âge. Le pape Jean XXII, originaire de Cahors et amateur de bons vins, en vanta les mérites : les avis sur la truffe changèrent. Sous Louis XV, même les bouchées à la reine étaient agrémentées de truffes...



De Cressensac, une diligence partait régulièrement livrer des truffes à la cour des rois. Sans moyens de conservation, les pertes étaient importantes et les clients souvent mécontents. Au XIX^{ème} siècle, quand les truffes du Quercy se récoltaient par tonnes, c'est un train qui partait de Martel vers Paris. On l'appelait le truffadou !

Vrai ou pas ?



La truffe a toujours été recherchée pour son parfum, son goût et ses supposées vertus aphrodisiaques. En ce qui concerne ses arômes, cela ne se discute pas. Une petite truffe bien mûre parfume une pièce, un panier parfume une maison et quelques sacs au marché parfument tout un village. Alexandre Dumas dans son « Grand dictionnaire de cuisine » en fait le plus sacré des mets sacrés des gastronomes. Son odeur musquée se retrouve dans certains grands vins. Quant à ses vertus aphrodisiaques, rien n'est prouvé mais sa réputation n'est peut-être pas usurpée. À chacune et à chacun de se faire sa petite idée là-dessus ou là-dessous !

L'âge d'or de la truffe

Anciennement, les truffières étaient naturelles. La truffe venait dans les sous-bois clairs et rabougris. Elles prospérèrent après 1850 sur les terres de vignes abandonnées par les viticulteurs lors de la crise du Phylloxera. De 1900 jusqu'à la seconde guerre mondiale, la truffe du Quercy, des causses et vallée de la Dordogne, connut son heure de gloire. Les pays de Martel et de Gramat en produisaient quarante fois plus qu'aujourd'hui. Après cet âge d'or, à cause du manque d'entretien, les truffières déclinerent et la production chuta inexorablement jusqu'à aujourd'hui où les efforts de relance commencent à porter leurs fruits.



Lors de la foire de 1928 à Gignac, il y avait tellement de truffes que les acheteurs étaient en manque de paniers, racontait un « truffaire » émérite. Du coup, ils en ont fait un grand tas près de la boulangerie et ils sont revenus les chercher le lendemain. Personne n'aurait eu l'idée de chiper des tubercules si communs !



Le patrimoine et la truffe

Nombre des magnifiques maisons que l'on voit dans les villages ont été financées par les récoltes de truffes. Promenez-vous dans les villages du causse et vous serez surpris de voir des granges imposantes bien peu en rapport avec les richesses que l'on pouvait tirer des maigres sols de ce pays. Bien sûr cette manne financière ne profitait qu'aux propriétaires de terrains adaptés, mais elle faisait vivre beaucoup de monde : courtiers, salariés des conserveries, aubergistes... Vers 1850, l'invention de la conserve stérilisée a permis d'exporter la truffe du Quercy dans le monde entier.

Il se disait que le père Jarnolles des Maisons Rouges avait fait construire une grange avec l'argent d'une seule récolte. Ceci dit, il faut relativiser car les ouvriers agricoles qui se faisaient maçons en hiver contre des bons et solides repas et une nuit dans un grenier, ne coûtaient pas bien cher.

Le développement actuel de la filière sur le territoire

Témoignage : Nicolas Gardère président de l'association les trufficulteurs de la Région de Martel



Il y a un peu plus d'un siècle, la production de truffes dans le Lot avoisinait les 300 tonnes annuelles, alors qu'aujourd'hui elle dépasse rarement les 5 tonnes. Les raisons de ce déclin ne sont pas clairement identifiées et de nombreuses initiatives ont été lancées pour redynamiser la production. L'association des trufficulteurs de la région de Martel fédère 150 trufficulteurs en 2022 avec de plus en plus de jeunes trufficulteurs. L'association est affiliée aux différentes fédérations regroupées sous la fédération départementale et la fédération française. Le développement de la filière trufficole est grandement facilité par l'existence de la station trufficole du Montat. Située près de Cahors, la station mène des expérimentations depuis des dizaines d'années et les restitue sous forme de journées techniques ou de formations auprès des trufficulteurs.

La confrérie de la truffe noire

La Confrérie des Chevaliers Dignitaires et Vénérables du Diamant Noir et de la Gastronomie, dite Confrérie de la Truffe Noire, a été fondée le 27 mai 1982. Cette association représente les différents secteurs de production de la truffe, du Sud-Est au Sud-Ouest. L'association, qui comprend plus de 300 membres dans le monde entier, a pour but de défendre et de promouvoir la truffe *Tuber Melanosporum* en tous lieux, tous temps, toutes occasions. Aussi, ses membres participent à de nombreuses manifestations gourmandes, fêtes, foires et marchés en France et à l'étranger en réponse aux invitations faites par d'autres confréries ou associations.



La tenue de fête des confrères est une grande cape noire doublée de gris rappelant la couleur de la truffe, un chapeau noir en feutre et une médaille en étain.

M. Boris, trufficulteur et ancien Président de l'association des trufficulteurs de la Région de Martel.



La saison et **les marchés**



La saison

Les truffes se récoltent majoritairement entre fin novembre et fin février. Il est possible de trouver des truffes un peu plus tôt, mais elles sont rarement mûres. La truffe doit franchir un long parcours, de sa naissance jusqu'à sa récolte. Les « truffettes » naissent au printemps, lorsque le sol humide se réchauffe. Elles grossissent doucement en juillet puis se développent plus rapidement entre août et octobre. Novembre signe le début de la phase de mûrissement.

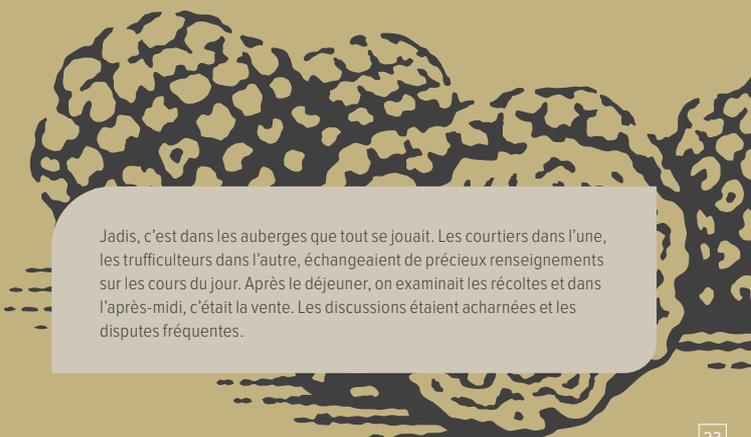


La production de truffe est aléatoire puisque sur une période de 8/9 mois la truffe doit surmonter nombre d'obstacles : le manque d'eau ou des températures trop importantes en été, l'excès ou le manque d'eau en automne et hiver, des gels trop importants ; l'attaque de ravageurs sur l'arbre hôte (chenilles, chevreuils, lièvres...) ou sur la truffe (escargots, limaces, insectes, sangliers, lapins...)

Les marchés

Ah, les marchés aux truffes... Ils persistent et sont toujours aussi surprenants. Comme jadis, tout s'y passe discrètement. Les truffes, bien nettoyées, sont présentées aux acheteurs, les plus belles sur « le dessus du panier ». Les transactions vont bon train à voix basse selon le prix du jour et la qualité. Souvent le prix de vente est affiché sur un petit carton caché dans le creux de la main du vendeur et que l'on ne montre qu'aux acheteurs intéressés. Le prix conclu n'est pas toujours le prix annoncé... mais il est souvent payé en argent liquide !

Rassurez-vous, les disputes ont laissé place à la bonne humeur sur les marchés de la vallée de la Dordogne. C'est à Cuzance, traditionnellement le 2^e Week-end de décembre, que la saison des marchés est lancée ! Ils s'étalent jusqu'en février sur tout le territoire. Toutes les dates à retrouver sur le site internet de l'office de tourisme www.vallee-dordogne.com



Jadis, c'est dans les auberges que tout se jouait. Les courtiers dans l'une, les trufficulteurs dans l'autre, échangeaient de précieux renseignements sur les cours du jour. Après le déjeuner, on examinait les récoltes et dans l'après-midi, c'était la vente. Les discussions étaient acharnées et les disputes fréquentes.

Comment reconnaître une bonne truffe ?

Monsieur Chaumeil

Les truffes mises à la vente peuvent être lavées ou brossées à sec. Lorsqu'elles sont lavées, l'extérieur de la truffe est bien noir. Plusieurs critères peuvent être vérifiés pour juger la qualité d'une truffe :

- **LA FERMETÉ** : lorsqu'on presse la truffe entre ses doigts, elle doit être ferme. Si la truffe est molle, c'est qu'elle a été récoltée il y a plusieurs jours et qu'elle se conservera donc moins longtemps.
- **LA COULEUR** : les nuances de couleur peuvent aller du gris (tout début de saison) au noir intense (fin de saison).
- **L'ODEUR** : il faut approcher la truffe de son nez pour en apprécier ses arômes. Des parfums subtils et puissants doivent s'en dégager. L'esthétique n'a pas d'importance dans le choix de la truffe. Que ce soit sur la forme ou la taille, cela n'a pas d'influence sur la qualité.



La garantie de qualité

Les marchés de l'association des trufficulteurs lotois des causses et vallée de la Dordogne sont des marchés de détail, qui s'adressent majoritairement aux particuliers, puisqu'il est possible d'acheter une seule truffe. Un contrôle est fait sur chacune des truffes mises en vente. Lors de ce contrôle, les truffes sont systématiquement « canifées » : on prélève à l'aide d'un couteau (canif) un tout petit bout de la truffe pour s'assurer de sa bonne qualité.

Sachez aussi que la confusion étant aisée pour le néophyte, les truffes de la variété brumale sont identifiées et proposées à la vente à un prix très inférieur.

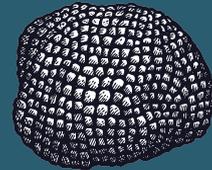


LES PRINCIPAUX DÉFAUTS QUI PEUVENT ÊTRE DÉTECTÉS SONT :

- Les truffes insuffisamment mures (surtout lors des premiers marchés de la saison)
- Les truffes boisées, qui ont souffert d'un manque d'eau durant leur grossissement en août et septembre
- Les truffes gelées après un épisode de gel prolongé ne sont pas proposées à la vente.



Achat,
conservation
et cuisine



La chasse aux idées reçues

Je n'y connais rien, je vais me faire arnaquer si j'en achète...

Pas sur nos marchés ! Toutes les truffes sont contrôlées et vous pouvez compter sur les producteurs pour vous prodiguer de bons conseils.

ATTENTION AUX ARÔMES

Jean Launay, ancien député du Lot, président de la fédération départementale des trufficulteurs du Quercy

Vous cherchez un produit de qualité, emblématique du terroir, à l'arôme complexe et envoûtant ? Découvrez la truffe, mais chassez le « naturel » ! En effet derrière le terme « arôme naturel de truffe » se cachent des arômes artificiels créés à partir d'autres matières moins onéreuses que la truffe, voire même synthétiques, et pourtant vendus très chers. Ou des produits dérivés contenant certes des champignons avec au mieux un très faible pourcentage de truffe d'été.

Et revenez au galop et en confiance sur nos marchés contrôlés, à la bonne saison, pour découvrir des truffes de qualité, sans tromperie sur la marchandise...

La truffe c'est du luxe, ce n'est pas pour moi...

Oui, la truffe a un coût : d'environ 1 000 € le kilo en début de saison à 700 € en pleine saison. Mais il vous suffit d'une petite quantité de truffe pour vous régaler pendant quelques jours avec un beurre truffé ! Une truffe d'une trentaine de grammes (ou d'euros) suffit amplement.

Une petite astuce : avant de la cuisiner enfermez votre truffe deux jours dans un bocal avec du riz ou des œufs, ils se chargeront en saveur truffée.



JE NE SAIS PAS LA CUISINER...

Rien de plus simple. La truffe ne se cuisine pas ! En tout cas, elle ne supporte pas les hautes températures : au-delà de 50 degrés, les parfums et le goût se perdent. La plupart du temps, elle est juste râpée ou découpée en fines tranches à la mandoline sur du beurre, des pâtes, des œufs, un risotto... rien de bien compliqué pour transformer un plat simple en plat exceptionnel.



La recette de **Stéphane Chambon**

**RESTAURANT
LE PONT DE L'OUYSSSE
À LACAVE**

Rocamadour à la truffe

« La truffe est un mystère : de la culture où chacun y va de ses secrets, à la récolte qui se fait au nez, à la mouche ou avec son chien, jusqu'à la cuisine où elle prend toute sa dimension olfactive et gustative. Oui, la truffe c'est ça, un mélange de mystère et de magie ! »

Pour 4 personnes

INGRÉDIENTS :

- 4 Rocamadours
- 60 g de mascarpone
- 15 g de brisures de truffes
- 2 cl d'huile d'olive
- Fleur de sel à la truffe (ou pas)
- Poivre du moulin

Réalisation

Placez une cuillère de mascarpone dans une petite cocotte ou un petit bocal.

Ajoutez la fleur de sel à la truffe, un tour de moulin à poivre, un trait d'huile d'olive et une pincée de brisures de truffes. Recouvrez avec un Rocamadour. Mettez le couvercle et passez au four micro-ondes pendant 45 sec. Servez tiède.



La recette de **Pascal Ostrowski**

**CHEF AU RESTAURANT
LE PUYMULE
À SAINT-CÉRÉ**

Tagliatelles aux truffes

« La truffe est pour moi un produit noble et saisonnier que l'on attend avec impatience chaque hiver. C'est un peu comme la découverte d'un nouveau pays, un mystère que l'on a envie de découvrir... »

Pour 4 personnes

INGRÉDIENTS :

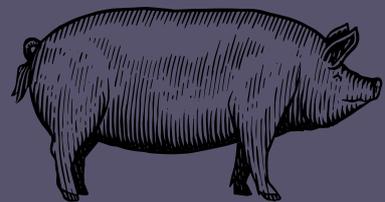
- 500 g de tagliatelles
- 80 g de truffe minimum
- Un demi litre de bouillon de volaille
- 250g de crème fraîche épaisse

Réalisation

Cuire les tagliatelles à peine al dente. Faites réduire le bouillon de volaille de moitié minimum et ajouter la crème, laisser réduire quelques minutes. Ajouter les pâtes et laisser mijoter 3 minutes à feu très doux. Rectifier l'assaisonnement. Râper les truffes au dernier moment. Servir avec un croûton de pain.



Les bonnes adresses



Les bonnes adresses

Association lotoise des trufficulteurs des causses et vallée de la Dordogne :

trufficulteursmartel@hotmail.com - 06 31 29 42 33

CONSERVEURS

- Ferme des campagnes à Rocamadour
- Boutique Godard-Chambon (boutiques à Martel et Rocamadour)
- Le comptoir des bouriettes (boutiques à Martel et Rocamadour)
- Foie gras Valette à Souillac
- La Campagnoise à Rocamadour

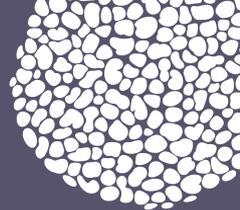
PRODUCTEURS / RESTAURATEUR

- La ferme de la truffe à Cuzance
- La ferme des sentiers du diamant noir à St Laurent les Tours

UNE JOURNÉE OU UN WEEK-END AUTOUR DE LA TRUFFE ?

Vous aimerez...

- La rencontre avec les trufficulteurs.
- Les saveurs authentiques du Quercy et de la truffe, véritable concentré de senteurs !
- Les secrets du diamant noir, entre histoire de pays et poésie.



UNE JOURNÉE DIAMANT NOIR

10H00 - VISITE D'UNE TRUFFIÈRE

Partez à la découverte d'une truffière et de l'histoire de la truffe avec une balade entre chênes et noisetiers suivie d'une démonstration de cavage. La visite se termine par la dégustation d'un toast au beurre truffé.

12H00 - DÉJEUNER AUTOUR DE LA TRUFFE

Pour un moment convivial et gourmand, déjeuner à la ferme auberge.

14H30 - VISITE GUIDÉE DE LA CITÉ MÉDIÉVALE DE MARTEL

Laissez-vous conter les secrets de la « ville aux sept tours » le temps d'une promenade dans ses étroites ruelles. Admirez la place couverte de la Halle, le palais de la Raymondie ou l'église Saint-Maur.



CONTACTEZ-NOUS

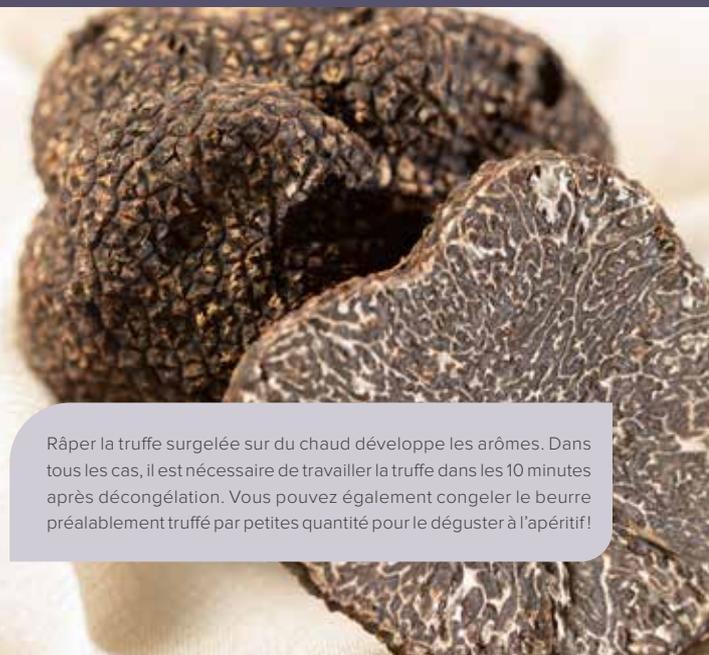
Office de Tourisme
VALLÉE DE LA DORDOGNE
05 65 33 22 03
sejour@vallee-dordogne.com
www.vallee-dordogne.com/groupes

Conserver la truffe

Les astuces de Delphine Vigne, trufficultrice.

Pour conserver ses truffes un an sans changement de goût ou de parfum, il est obligatoire de les laver sous un jet d'eau froide ou tiède, les brosser avec une brosse à dents dure pour enlever la terre et les laisser sécher sur papier absorbant une heure avant de les congeler, de préférence sous vide.

Chez les professionnels, vous trouverez des truffes stérilisées dans leur jus, ce qui est la meilleure façon de les conserver longtemps.



Râper la truffe surgelée sur du chaud développe les arômes. Dans tous les cas, il est nécessaire de travailler la truffe dans les 10 minutes après décongélation. Vous pouvez également congeler le beurre préalablement truffé par petites quantités pour le déguster à l'apéritif !

Puissance et délicatesse



LA TRUFFE DU QUERCY

CAUSSES & Vallée
de la DOROGNE



DÉCOUVREZ-LA SUR NOS MARCHÉS : WWW.VALLEE-DOROGNE.COM

