         La châtaigne, fruit de l'arbre à pain:

INTRODUCTION

La châtaigne et le marron sont les fruits de l'automne. Ils ont su être au fil du temps, les fidèles compagnons de l'homme, à qui ils ont apporté une nourriture saine et abondante.

La châtaigne et le marron sont les rares fruits

- qui poussent à l'état sauvage

- sans aucun apport de produits chimiques.

Mais je vais d'abord parler du châtaignier.

**I  LE CHATAIGNIER**

**1) Les fagacées**

Le châtaignier a une hauteur de 20 à 30 mètres et une durée de vie de 500 à 1000 ans.

C'est à la fois un arbre fruitier et un arbre forestier.

**Il fait partie de la famille des fagacées**, comme le chêne et le hêtre.

NB : Fagacée veut dire « *la famille du hêtre »* (*Fagus* est le nom latin du hêtre).

Les Fagacées sont des arbres, qui peuvent avoir des aspects très différents :

- les feuilles du **hêtre** sont entières

- celles du **chêne** sont lobées

- celles du **châtaignier** sont composées.

Leur point commun vient de **leur fruit** :

Tous ces arbres ont un fruit protégé par une sorte de coque dure, parfois couverte de piquants : **la cupule**. La cupule peut parfois porter différents noms.

→ par exemple, celle de la châtaigne s'appelle *la* *bogue*.

**2) Où trouve-t-on le châtaigner ?**

Le châtaignier est originaire de l'Europe du Sud, mais il est cultivé depuis l'époque préhistorique et a été répandu. Il existe une dizaine d'espèces de châtaigniers que l'on trouve essentiellement en Europe du Sud ainsi qu'au Chili.

En France, le châtaignier occupe 4% des forêts. On le trouve principalement en Ardèche (1er producteur), Aveyron, Corse, Corrèze, Dordogne et dans le Lot.

Le châtaignier n'aime pas les sols calcaires et les hivers rigoureux. Par contre, il aime les étés chauds et arrosés.

Depuis près de 30 ans, les châtaigneraies traditionnelles \*sont abandonnées peu à peu

A la place, des entreprises plantent des vergers de châtaigniers, avec des variétés sélectionnées (principalement Marigoule et Bouche de Bétizac) et un mode de production bien particulier.

*\* qui poussent dans les forêts à l'état sauvage.*

**3) Différentes espèces**

a) Le châtaignier commun est  appelé ***Castanea sativa :*c'est la seule espèce originaire d'Europe.**

* L'espèce Castanea Sativa est la seule espèce reconnue (autorisée) pour la transformation

(Par exemple, en France, la châtaigne chinoise est interdite pour la transformation).

* Elle est l'espèce endémique (espèce caractéristique de nos régions) ancestrale (qui existe depuis très longtemps)
* Elle est adaptée à nos terroirs et climats.

b) Le châtaignier japonais (*Castanea crenata*)

c) Le châtaignier chinois (*Castanea mollissima*)

**4) Le bois du châtaignier**

Son [bois](https://fr.vikidia.org/wiki/Bois) est très recherché en [menuiserie](https://fr.vikidia.org/wiki/Menuiserie) ([charpente](https://fr.vikidia.org/wiki/Charpente), [parquet](https://fr.vikidia.org/wiki/Parquet)) et en [ébénisterie](https://fr.vikidia.org/wiki/%C3%89b%C3%A9nisterie) ([meubles](https://fr.vikidia.org/wiki/Meuble)).

C'est la troisième essence exploitée en France après le chêne et le [hêtre](https://fr.vikidia.org/wiki/H%C3%AAtre).

Autrefois, on l'utilisait pour faire des pieux et des pièces de [tonnellerie](https://fr.vikidia.org/w/index.php?title=Tonneau_(r%E9cipient)&action=edit&redlink=1). Le bois de châtaignier est un mauvais bois de chauffage.

À la fin du XIXe siècle, l'industrie textile utilisait le châtaigner qui est riche en [tanin](https://fr.vikidia.org/w/index.php?title=Tanin&action=edit&redlink=1).

Le tanin était un produit utilisé pour les teintures.

**II   LA CHATAIGNE et LE MARRON:**

Depuis la préhistoire, le châtaignier a été un réservoir à nourriture pour l'homme et notamment pendant les périodes de disette. La châtaigne fut longtemps la base de l'alimentation humaine dans des régions entières. En effet, elle représentait une source d'alimentation facile à trouver, abondante et nourrissante.

Il existe plus de soixante variétés de châtaignes et marrons. Les plus connues sont Marigoule, Bournette, Bouche de Bétizac, Montagne, Roussette, etc...

**1) La châtaigne et l'alimentation de l'homme**

a) Autrefois

On appelait le châtaignier « l'arbre à pain » mais aussi « l'arbre à saucisses » car les châtaignes servaient aussi à l'alimentation des porcs.

Les habitants de la campagne consommaient beaucoup de châtaignes. En effet, les châtaignes pouvaient se conserver tout l'hiver, mais il fallait d'abord les sécher (châtaignons).

b) Aujourd'hui

Aujourd'hui encore, les châtaignes se consomment en légumes (cuites à l'eau, en purée…) en dessert (en crème ou grillées) en confiserie (marrons glacés), en pain, grâce à la farine que l'on obtient à partir de la châtaigne, ou même en gâteau, en mixant la châtaigne.

Elles accompagnent à merveille toutes les viandes, gibiers, volaille et les poêlées de légumes.

Elles sont délicieuses en soupe avec du potiron par exemple. Ou bien dans des salades avec des gésiers.

le nectar de ses fleurs est utilisé par les abeilles pour fabriquer le miel.

En France, mêmes les feuilles sont recherchées pour parfumer et emballer certains fromages de chèvre.

**2) Châtaigne ou marron ?**

La châtaigne et le marron sont les fruits comestibles du châtaignier.

Les châtaignes non cloisonnées sont appelées des marrons.

→ Le tan est la fine peau qui recouvre l'amande. S'il pénètre à plus de 10% dans la chair de la châtaigne, on parle d'une châtaigne. Sinon, il s'agit d'un marron (il n'a pas de cloison).

NB : Ne pas confondre avec le marron (d'Inde), qui est la graine toxique du [marronnier d’Inde](https://fr.wikipedia.org/wiki/Aesculus_hippocastanum).

**4) La châtaigne : un aliment santé** :

 La châtaigne est excellente pour la santé car elle est riche :

- en bons glucides, qui sont source d'énergie

- en vitamines C, B , E, K

- en calcium, fer, magnésium, phosphore, potassium, manganèse (minéraux)

- elles sont pauvres en matières grasses

- elles sont pauvres en cholestérol et sel

- elles sont sans gluten

**CONCLUSION:**

Le châtaignier et la châtaigne sont de véritables trésors. La châtaigne est consommée depuis la préhistoire, elle est très riche d'un point de vue nutritif et très bonne pour la santé. Elle peut se consommer de plein de façons et on ne devrait pas attendre la dinde de noël pour en manger !

Quiz

Comment s’appelle la chose qui entoure la chataigne ?

Le chataigner a une durée de combien années ? Il peut messurer jusqu’à combien de mètres ?

Quelle sont les surnoms du chataigner ?

Qu’est ce qu’il y a de spécial dans le marron d’Inde ?

Qu’est qu’on peut faire comme confiseries ?

A quelle époque de l’ année nous mangeons des chataignes ?

A quelle époque de la frise chronologique on mangeait des chataignes ?

En France on a quelle espéce de chataigne ?

Les chataignes sont utilisées pour parfumer quel emballage ?

Et vous avez-vous des questions à poser ?

NOUS AVONS UNE SURPRISE POUR VOUS !