

Famille : Rosacées.

Genre : *Malus*, genre qui comprend environ 25 à 30 espèces et de nombreuses sous-espèces.

# La Pomme



Le pommier peut atteindre 10 mètres de haut, mais la plupart des arbres sont taillés pour ne pas excéder 3 mètres et ainsi faciliter la récolte. C'est un arbre très rustique qui supporte sans préjudice de très basses températures, jusqu'à moins 45° C en hiver, mais un environnement adéquat est indispensable à sa croissance avec de la lumière, de la chaleur, de l'eau (l'irrigation du verger est indispensable) et un sol riche en matières nutritives. Si l'arbre résiste assez bien au gel, il n'en est pas de même pour ses fleurs : en cas de gel printanier une température de -2° C suffit à mettre en danger la production.

Il faut noter que l'on retrouve seulement une vingtaine de variétés actuellement sur les étals, alors qu'il en existe près de 4000. Citons la Golden, la reinette Grise du Canada, la Reine des Reinettes, la Granny Smith, la Royal Gala, la Pink Lady®, la Jonagold ou l'Elstar.



## Origine

Le pommier est très certainement l'arbre fruitier le plus anciennement cultivé en Europe. L'origine des variétés est fort complexe ; le pommier cultivé, *Malus pumila* Mill., originaire du Caucase et de d'Asie mineure est devenu spontané en Europe depuis la préhistoire. Plusieurs espèces ont vraisemblablement contribué à son évolution, dont *Malus sylvestris* Mill. répandu à travers toute l'Europe et *Malus baccata* Borkh. pour sa résistance au froid.

Les Romains connaissaient un grand nombre de variétés. L'importation de diverses espèces en Gaule contribua à enrichir le patrimoine de nos ancêtres. Mais avec les invasions barbares, seules quelques espèces trouvèrent refuge dans les monastères. Peu à peu, cette passion gagna la noblesse pour occuper une place royale dans les jardins des châteaux.

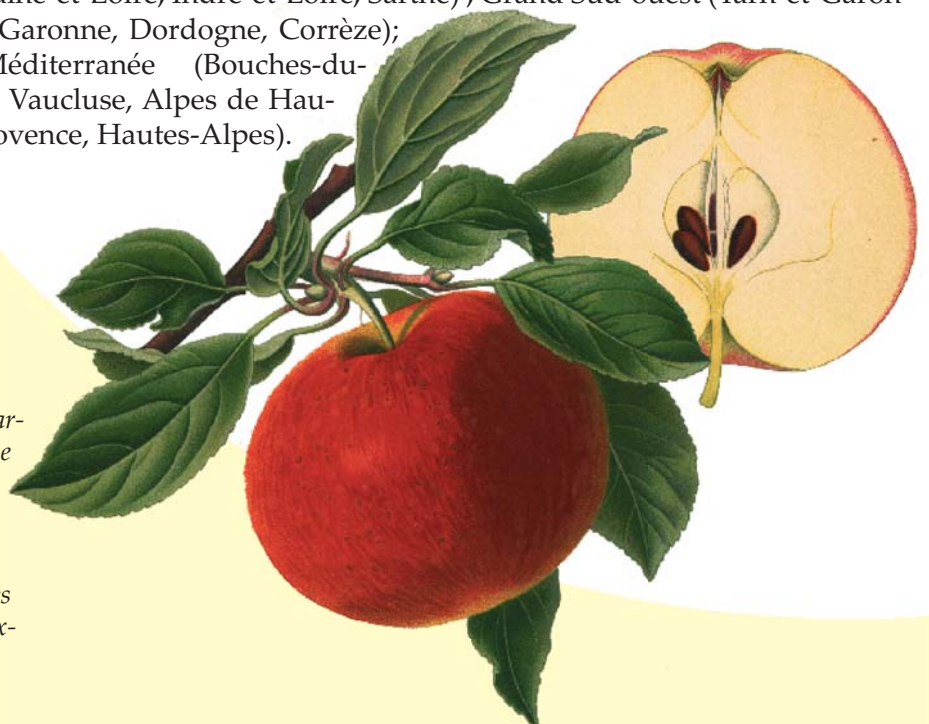
Mais c'est seulement à la Renaissance, avec la découverte des modes de reproduction végétale (greffage, etc...) que les hommes pourront créer de nouvelles variétés et les reproduire à loisir afin de les diffuser. Depuis, les vergers se sont étendus et la France est devenue l'un des principaux producteurs dans le monde.

Les différents types de climats et les terroirs de la France permettent une production de pommes qualitative, quantitative et très diverse avec de nombreuses variétés différentes sur presque tout le territoire français. Trois principaux bassins se distinguent : Val de Loire (Maine-et-Loire, Indre-et-Loire, Sarthe) ; Grand Sud-ouest (Tarn-et-Garonne, Lot-et-Garonne, Dordogne, Corrèze); Rhône-Méditerranée (Bouches-du-Rhône, Vaucluse, Alpes de Haute-Provence, Hautes-Alpes).

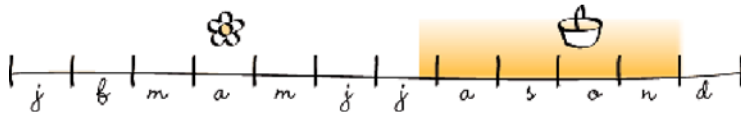
## Atouts nutritionnels

Multiple dans ses variétés et disponible toute l'année (grâce à une conservation maîtrisée), la pomme mérite, grâce à ses qualités diététiques, de devenir le «fruit indispensable» de notre alimentation. Modérément énergétique (54 calories aux 100 g), elle est idéale en cas de «petits creux», car elle calme bien la faim. Grâce à ses fibres parfaitement tolérées, elle régularise en douceur le transit intestinal. Bien pourvue en minéraux et en vitamines, elle participe au bon équilibre de l'alimentation.

Enfin, sa consommation régulière (2 à 3 pommes par jour) peut abaisser un cholestérol sanguin excessif, et stabiliser la glycémie.



## Floraison et cueillette



## Comment ça pousse ?

Arbre fruitier des régions tempérées, le pommier s'adapte à une large gamme de sols, mais il a besoin d'une longue période de froid pour sa physiologie. C'est la période de dormance\*. Fragile d'un point de vue phytosanitaire, le pommier est sensible à différents maladies et ravageurs.

On le cultive sous différentes formes. Les arbres menés en haute-tige atteignent souvent près de 10 m de hauteur sur autant de circonférence, mais on leur préfère de plus en plus des formes plus ramassées comme les formes en palmette, en simple ou double U, ou la «demi-tige» fuseau ou gobelet, nécessitant moins d'entretien et plus simple d'accès. Pour les petits jardins, les formes palissées sont les plus adaptées.

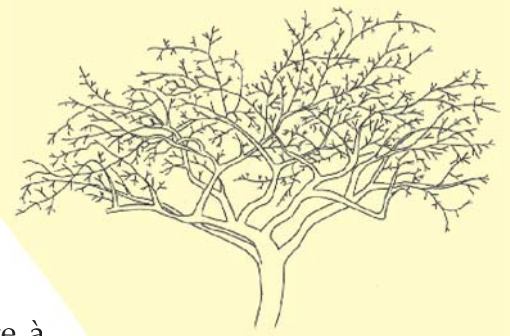
Le pommier, n'est pas une espèce auto-fertile\*. L'autopollinisation, dans la plupart des cas, donne très peu de fruits. Le pommier isolé a besoin d'une autre variété fleurissant à la même date et d'un pollinisateur\* (l'abeille, par exemple). Cette caractéristique fait qu'il ne se reproduit pas à l'identique ; le greffage est donc le mode de multiplication le plus souvent utilisé pour conserver une variété. Il consiste à réunir des portions de végétaux d'une même famille, une partie aérienne (greffon) et une partie souterraine (porte-greffe) compatibles et permettant une croissance harmonieuse.

## Goûts & utilisations...

Les pommes peuvent être cueillies, à partir de juillet-août pour les variétés les plus précoces et jusqu'en novembre pour les plus tardives, mais elles ne sont pas forcément prêtes à être mangées. Car la pomme a une spécificité que n'ont pas tous les fruits, elle possède deux dates de maturité : une maturité de cueillette et une maturité de consommation, très variables d'une variété à l'autre. Certaines variétés dites «de garde» sont meilleures si on attend pour les consommer.

La chair des pommes plus ou moins grenue, tantôt douce et sucrée, tantôt acide, amère, voire astringente plaît aux petits comme aux grands... il y en a pour tous les goûts. La pomme est principalement consommée en entier à la croque, mais elle peut aussi être cuite, séchée ou pressée en jus.

Enfin il faut savoir qu'elle a longtemps été utilisée comme un légume, en particulier au Moyen-Age. Salée et épicée, elle accompagnait les viandes. Mais au XVII<sup>e</sup> siècle, elle est détrônée par la patate qui arrive d'Amérique. C'est d'ailleurs pour cela qu'on a appelé cette dernière : Pomme de Terre.



\* dormance : état de quiescence d'un organe jeune dont le développement reprendra après cette pause.

\* auto-fertile : qualifie une plante pouvant se féconder elle-même.

\* pollinisateur : insecte qui pollinise les fleurs en transportant du pollen des étamines jusqu'aux stigmates.

## Expressions

Dans le langage populaire, le mot « pomme » désigne le visage et a donné lieu à de nombreuses expressions.

« Il a une bonne pomme » s'utilise pour désigner une personne serviable et un peu naïve. L'expression « c'est pour ma pomme » signifie « c'est pour moi, ça va être mon tour ».

## Contes, légendes...

Dans la tradition celte, la pomme provient de l'île d'Avallon (royaume des morts) où repose le roi Arthur. Lors d'une fête païenne qui serait à l'origine de la fête de la Toussaint, des pommes, particulièrement appréciées de la Mort disait-on, recouvraient les autels des druides. Les Celtes les considéraient comme des «fruits de science, de magie et de révélation». Merlin enseignait d'ailleurs sous les branches d'un pommier, arbre sacré des Gaulois.

Cette richesse symbolique a inspiré les plus grands. Ne dit-on pas que Newton lui-même, ayant reçu une pomme sur la tête, a découvert la gravitation universelle ?