

# La pomme de terre primeur

## Un concentré de fraîcheur et de bonne humeur !

Annonçant le retour des beaux jours, les pommes de terre primeurs sont les premières de l'année. Cultivées durablement dans des terroirs tempérés, notamment sur les littoraux, leur précocité leur confère toute leur fraîcheur et leur saveur si unique. Avec leur peau fine, leur texture ferme et fondante et leur petit goût de noisette, c'est un pur délice qui permet de varier les plaisirs de saison... En apportant soleil et bonne humeur dans nos assiettes !



### Qui est-elle ?

Petite gourmandise associée à la belle saison, la pomme de terre primeur se retrouve sur les étals d'avril à mi-août, sachant que le pic de vente se situe entre mi-juin et fin juillet.



**Comment la reconnaître ?** Rien de plus simple, elle est de petit calibre, de forme et de couleur homogènes. Sa peau est très fine et parfois elle est même « peleuse » : inutile de l'éplucher pour la consommer.



**Et en bouche,** sa chair est délicate avec une texture tendre et un goût légèrement sucré, qui dévoile une délicieuse petite note de noisette.

**En prime, la pomme de terre primeur, c'est la reine de l'anti-gaspi : la chair, la peau, tout se déguste !**

Plantée après la période des gelées, elle a un cycle de production entre 90 et 120 jours selon les bassins de production. Elle est cultivée dans les règles de l'art, afin de préserver l'environnement et de lutter contre le changement climatique. Puis, **elle est récoltée à la main en raison de sa délicatesse.** D'ailleurs, elle est ensuite conditionnée en petit format pour ne pas être abîmée et dans un emballage qui la protège de la lumière, afin d'éviter le verdissement.



### Comment pousse-t-elle ?

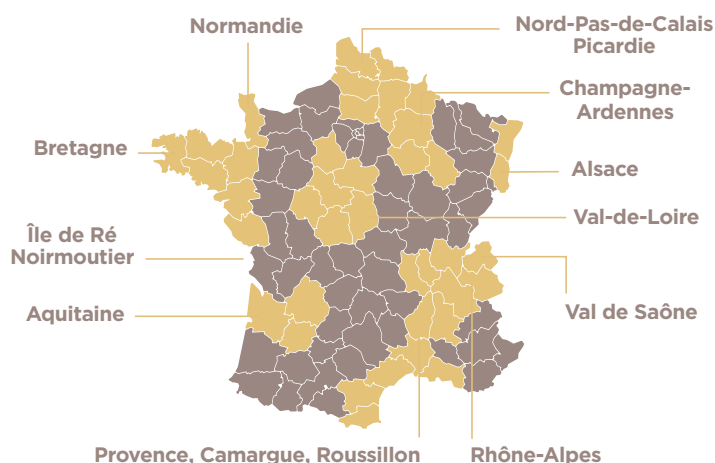


## D'où vient-elle ?

**La primeur aime les climats doux et les terroirs qui se réchauffent rapidement.** On

la croise le long des côtes, connues pour leur microclimat sous influence maritime et leur sol sablonneux (îles de Ré et de Noirmoutier, Bretagne, Normandie), mais également sur des terres gorgées de soleil (Aquitaine, Provence, Camargue, Roussillon) ou encore dans quelques régions plus septentrionales (Val de Saône, Alsace, Nord).

Cependant, la production est assez limitée, quasiment artisanale, avec 130 000 tonnes récoltées par an contre 6 à 8 millions de tonnes pour les pommes de terre de conservation.



## La choisir et la conserver

Véritable gage de fraîcheur, la pomme de terre primeur est récoltée en fonction de la demande, puis se retrouve sur les étals en moins de 48h !

Reconnaissable dans sa petite barquette ou dans son emballage facilement identifiable, on ne peut pas la louper !

Produit de saison et star de la période printanière et estivale, il faut la consommer rapidement après achat.

Afin qu'elle garde sa fraîcheur, il est recommandé de la conserver à l'abri de la lumière pour éviter qu'elle verdisse et de la chaleur pour qu'elle ne germe pas. **L'idéal : un lieu sec et frais, entre 6 et 8°C, comme le bac à légumes du réfrigérateur ou une cave.**

Naturellement savoureuse avec son petit goût de noisette, **la pomme de terre primeur est pratique et simple à préparer.** Et elle se cuisine en toute simplicité, selon les goûts de chacun et les envies du moment : à l'eau ou à la vapeur, rissolée ou sautée, au four ou au micro-ondes et même au barbecue !



## La cuisiner et la déguster

# La primeur ensoleille l'assiette !

## Pommes de terre primeurs rôties au labné, menthe et grenade

**pour apporter une touche orientale à son repas**



Temps de préparation :

• **15 minutes**



Temps de cuisson :

• **40 minutes**

### Ingrédients pour 4 personnes

- 800 g de pommes de terre primeurs
- 4 cas. de labné (ou de yaourt grec)
- 2 cas. de grains de grenade
- 10 feuilles de menthe
- 1 oignon nouveau émincé
- 3 cas. d'huile d'olive
- 1 citron bio ou non traité
- sel, poivre



Crédit photo CNIPT / Marie Leduc / Diane Glavany / Sucré Salé

### La recette pas à pas

- 1** Préchauffez le four à 180°C.
- 2** Lavez et séchez les pommes de terre primeurs. Coupez-les en 2 dans le sens de la longueur.
- 3** Versez 2 cuillères à soupe d'huile d'olive sur les pommes de terre, salez, poivrez et mélangez bien.
- 4** Versez-les dans un grand plat ou sur la plaque en une seule couche.
- 5** Enfouez et faites rôtir les pommes de terre 35-40 min environ.
- 6** Dans le plat de service, ajoutez le labné et étalez-le. Salez et poivrez.  
  
Disposez les pommes de terre rôties, parsemez de grains de grenade, de menthe et d'oignon nouveau. Râpez le zeste de citron sur les pommes de terre.  
  
Arrosez du reste d'huile d'olive et servez.

# « POTATOES FOREVER !\* »

## Une campagne pour tout savoir sur la pomme de terre durable

Pour faire connaître toutes les bonnes pratiques et les engagements durables des professionnels de la filière, l'Union européenne a lancé en 2023 la campagne d'information « POTATOES FOREVER ! », qu'elle cofinance à hauteur de 3,2 millions d'euros. Durant 3 ans, elle sera orchestrée en France par le CNIPT (Comité National Interprofessionnel de la Pomme de Terre) et en Italie par l'UNAPA (Unione Nazionale tra le Associazioni dei Produttori di Patate).

## Les 6 piliers d'une culture durable



**Favoriser  
la  
biodiversité**



**Préserver  
l'eau  
et le sol**



**Lutter  
contre  
le gaspillage**



**Agir  
pour  
le climat**



**Garantir  
qualité et  
quantité**



**Soutenir  
les  
professionnels**

Suivez les actualités de la campagne sur :



[potatoesforever.eu/fr](https://potatoesforever.eu/fr)



[PotatoesForeverFR](https://www.facebook.com/PotatoesForeverFR)



[\\_Cnipt](https://twitter.com/_Cnipt)



[@PotatoesForeverFrance](https://www.youtube.com/@PotatoesForeverFrance)

## À propos du CNIPT

Le Comité National Interprofessionnel de la Pomme de Terre (CNIPT) a pour objectif de valoriser la pomme de terre de consommation française sur le marché du frais. Il est reconnu comme interprofession nationale par les pouvoirs publics depuis 1977. Il agit dans le cadre du règlement de l'Union européenne n°1308/2013 du 17 décembre 2013 et du code rural. Le CNIPT représente tous les opérateurs du secteur de la pomme de terre, de la production au commerce.  [cnipt.fr](https://cnipt.fr)

### Contacts presse

Pour toute demande d'information, de visuels ou d'interviews

Margaux Marchand - [m.marchand@monet-rp.com](mailto:m.marchand@monet-rp.com) - 06 69 12 46 89

Alizé Prieur - [a.prieur@monet-rp.com](mailto:a.prieur@monet-rp.com) - 06 72 62 01 40

### \*Les pommes de terre pour toujours

Financé par l'Union européenne. Cependant, les positions et opinions exprimées appartiennent aux auteurs et ne reflètent pas nécessairement celles de l'Union européenne ou de l'Agence exécutive européenne pour la recherche (REA). Ni l'Union européenne ni l'autorité chargée de l'octroi ne sauraient en être tenues pour responsables.