

# L'Art et la Gastronomie

Pour la préparation, compter 5 à 7 pistils pour 4 personnes.  
Ne pas cuire le safran longuement, seulement 30 secondes  
suffiront à réhydrater le pistil, qui restituera dans le temps  
sa couleur et sa saveur.

## BRUNOISE DE LÉGUMES AU "SAFRAN DU QUERCY"

150 g de carottes  
150 g de céleris  
150 g de poivrons rouges  
150 g de poivrons verts  
50 g d'échalotes  
150 g de courgettes  
Citron, 2 pièces  
1 dl de vin blanc  
sel, poivre, coriandre en grains, huile (pour mémoire).

Tailler les légumes en petits cubes de 3 mm de côté, les cuire dans de l'eau salée, les refroidir et les égoutter sur papier absorbant.

Réduire 1 dl de vin blanc avec 20 g d'échalotes ciselées, ajouter le safran du Quercy, laisser infuser, additionner le jus de citron, sel, poivre du moulin, huile d'arachide, coriandre écrasée.

Incorporer tous les légumes dans la vinaigrette, rectifier l'assaisonnement et mettre en saucière.

Cette vinaigrette composée au safran du Quercy accompagnera à merveille les viandes froides (agneau fermier du Quercy, poule au pot), les poissons froids ou chauds, les légumes cuits vapeur et hors-d'œuvre variés.

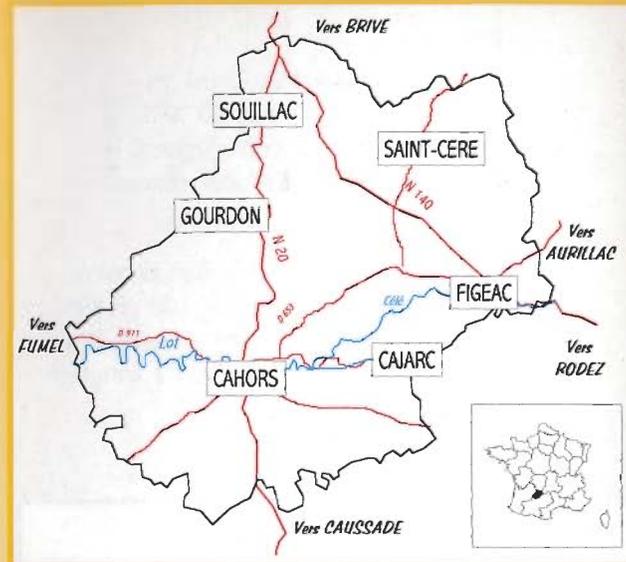
Alexis Pélissou,  
Les bonnes tables du Lot



Fondue de légumes  
et girolles en feuilleté  
au safran du Quercy



# Un Pays, un Terroir, des Produits



ASSOCIATION DES PRODUCTEURS  
"LES SAFRANIERS DU QUERCY"

**Siège social :**  
Mairie  
40 bd Tour de Ville  
46160 CAJARC  
www.safranduquercy.com

**Siège administratif :**  
Chambre d'Agriculture  
209, rte Germain Canet  
46160 CAJARC

Tél. 05 65 23 22 11 - Fax : 05 65 23 22 19

# Safran du Quercy



Une histoire et un terroir de qualité  
ont permis aux hommes de cultiver  
un produit raffiné.

# Histoire du Safran du Quercy

Cultivé en Quercy depuis le Moyen Âge, le safran était présent dans de nombreuses familles et servait à la préparation de plats traditionnels. La production de safran connut son apogée autour du XV<sup>e</sup>-XVIII<sup>e</sup> siècle et l'épice fut même exportée jusqu'en Allemagne, en Angleterre, en Hollande, au Canada. Connue sur le plan international pour sa qualité supérieure, le safran du Quercy fut l'objet de nombreuses convoitises ainsi que de fructueuses négociations.

Cependant, l'évolution des modes alimentaires va conduire les producteurs à délaisser la culture du safran, qui va seulement subsister dans quelques jardins, pour une consommation personnelle. Toutefois, des parcelles portent toujours le nom de "Safranier ou Safranier" dans plusieurs communes du département du Lot.

Plante bulbeuse, le safran était utilisé non seulement comme condiment mais également comme plante tinctoriale (le safran a un fort pouvoir colorant). En outre, il possède de nombreuses propriétés pharmaceutiques (il est à la fois stimulant pour la digestion et emménagogue).

Relancée depuis quelques années, la production de safran permet de faire redécouvrir les utilisations et les vertus du safran du Quercy.

De la famille des Iridacées, le safran (*Crocus Sativus* Linnaeus) est une plante herbacée vivace de 20 à 40 cm de haut dont les fleurs violettes s'épanouissent d'Octobre à Novembre.

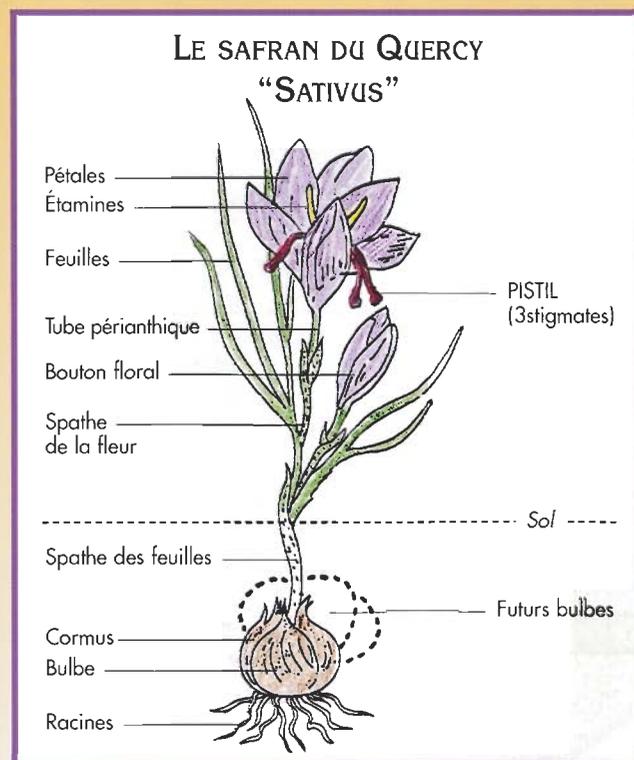
Les bulbes doivent être plantés dans une terre riche en matière organique, dès le mois d'Août. Plantés entre 10 et 15 cm de profondeur et espacés de 5 cm entre eux, les bulbes n'apprécient guère les excès d'eau, mais préfèrent une exposition Sud, Sud-Est.

D'une grande fragilité, les fleurs doivent être cueillies quotidiennement et l'émondage (séparation du

pistil de la fleur composée de trois stigmates rouges), doit être réalisé rapidement afin d'éviter l'altération du safran.

Ensuite vient la phase minutieuse du séchage ; elle consiste à faire perdre environ 80 % du poids du safran frais, afin de conserver correctement le Trésor Rouge. Il faut environ 150 fleurs pour obtenir 1 g de safran sec.

Une fois obtenu, le safran doit être conservé en stigmate entier, à l'abri de la lumière (de préférence dans un récipient opaque en verre ou en bois) et dans un endroit sec pour qu'il puisse garder longtemps toutes ses qualités gustatives.



Source : URSAT

# Quercy saffron history



Cultivated in Quercy since the middle Ages, Saffron was present in numerous families and was used to prepare usual meals. The saffron production knew its peak period between the fifteenth and seventeenth centuries and this spice was even exported in Germany, England, Nederland and Canada.

Celebrated on the international plan for his superior quality, Quercy Saffron was the object of numerous covetousness and of fruitful negotiations.

Nevertheless, the changes of the nutrition custom will lead the farmers to abandon the saffron-growing, which will remain only grown in private gardens for a personal usage. However, the parcels are still called "safranier" or "safranier" in some of the Lot region communes. As bulbous plant, saffron was not only used as a condiment, but was also in dyeing (saffron is a powerful colorant). In addition to that, it has a lot of pharmaceutical characteristics (digestion stimulant).

In the last years, saffron production got started again and users are now rediscovering the multiple utilisations of the Quercy saffron. In the "Iridacées", family, saffron (*Crocus Sativus* Linnaeus) is a perennial herbaceous plant, (between 20 and 40 cm high), which purple flowers are blooming from october to november.

The bulbs have to be planted in a rich and organic soil in August. They need to be planted between 10 to 15 cm in deepness and spaced out of 5 cm. They do not like water excess but prefer to be exposed South or South-east.

The flowers are very delicate and should be picked every day ; the cleaning (partition of the pistil from the flower composed of three stigmas) must be done quickly to prevent the saffron deterioration.

Next comes the meticulous drying. Saffron will lose 80 % of its original weight, in order to preserve the red treasure. We need approximately 150 flowers to get 1 gr of saffron.

When achieved the saffron must be stored in full stigma, screened from day light (in a glass or wooden container) and in a dry place to be able to keep its taste.



Après avoir émondé et séché les pistils, nous obtenons "L'or rouge".