

RECETTE ORIGINALE

CROQUETTES DE POMME PATATE

Ingrédients

(pour 4 à 6 personnes)

1 kg de pomme patates,
6 œufs, 0,25 g de cive,
1 gousse d'ail,
1 pointe de piment,
sel, poivre, chapelure



Technique :

Laver vos pommes patates, les faire rôtir au four pendant 40 minutes à 180-200°. Les éplucher pour récupérer la chair ; la passer au moulin à légumes. Rajouter sel, poivre, épices et 4 oeufs entiers. Bien mélanger et rectifier l'assaisonnement selon votre goût. Rouler vos croquettes.

Préparation de l'anglaise :

Casser 2 oeufs dans une assiette, ajouter une pincée de sel. Passer ensuite vos croquettes dans l'anglaise et les rouler dans la chapelure.

Cuisson

Les faire cuire dans l'huile bouillante.

COMPOSITION ALIMENTAIRE (pour 100 g)

Sources: FAO Food Composition tables for use in the English speaking caribbean.
1974 Caribbean Food and Nutritional Institute, Jamaïque.

Energie.....	117 Kcals	Fibres.....	0,9 g
Humidité.....	70 %	Glucides.....	27,4 g
Protéines	1,3 g	Ca	34 mg
Lipides.....	0,4 g	Fe	1mg

Remarques :

Les variétés à chair rose/oranger possèdent des pigments caroténoïdes riches en provitamine A. Aussi la patate douce est étudiée et utilisée pour la diversification alimentaire dans les pays du tiers monde.

POUR EN SAVOIR PLUS...

Ouvrages et textes

La patate la patate douce, 1998 Degras L... Collection le technicien d'agriculture tropicale G-P Maisonneuve et Larose Ed .166 pp

Le potager tropical : patate douce. 1997, Messiaen C-M., p 422-433. Presses Universitaires de France Ed.

Patate douce et Pomme-patate : Guide de la diversification végétale en Guadeloupe, cultures vivrières, p. 23-28. Chambre d'Agriculture de la Guadeloupe Ed.

La Pomme patate. Patate douce non sucrée. 2002 dépliant INRA

La patate La pomme patate

Institut National de
la Recherche Agronomique

Lycée d'Hôtellerie et
de Tourisme Archipel
Guadeloupe



Crédit photo : INRA et Partenaires / Ne pas jeter sur la voie publique

Création / Réalisation : INRA & Pénélope Design 0590 41 95 15 / Octobre 2007



INSTITUT NATIONAL DE LA RECHERCHE AGRONOMIQUE
CENTRE Antilles-Guyane • Domaine Duclos • 97170 Petit-Bourg
Tél. : 05 90 25 59 00 • Site Web : www.antilles.inra.fr



Document co-financé par les fonds européens (FEDER) et le Ministère de la Recherche

ALIMENTATION
AGRICULTURE
ENVIRONNEMENT



PRESENTATION

Patate douce : *Ipomea batata*

Créole : patat,
Anglais : sweet potatoe,
Espagnol : batata

La patate douce occupe une place importante dans les productions agricoles des pays tropicaux. Elle pousse facilement et mûrit vite, produit une nourriture abondante par rapport à l'espace utilisé pour la planter, se conserve bien. Dans de nombreux pays, sa culture est essentielle, car elle permet de ne pas souffrir de pénurie alimentaire en cas de cyclone ou d'inondation. Car même après de tels désastres on peut toujours récolter la patate douce pour la manger ou la conserver.

Originaire d'Amérique Centrale, elle se situe au 7ème rang mondial des plantes à tubercules (plus de 100 millions de Tonnes produites par an en Chine). En zone tropicale, la patate douce est cultivable toute l'année. Son cycle de culture est court (4-5 mois). Son aptitude à produire de l'amidon est équivalente à celle de la pomme de terre mais avec une plus grande rusticité et une meilleure adaptation aux conditions tropicales de plaine.

Aux Antilles françaises, la patate douce est cultivée dans le cadre d'une agriculture de subsistance (5130 t en Guadeloupe, 1840 t en Martinique). La production est en diminution constante, sans doute à cause des pressions socioculturelles et d'une demande de plus en plus calquée sur le modèle occidental classique. On peut également supposer que le goût sucré du tubercule explique partiellement cette désaffection. Cette production représente cependant un atout appréciable pour les familles à revenus modestes.



RECHERCHE AGRONOMIQUE

Revaloriser la production par un choix de variétés nouvelles à faible teneur en sucre

C'est la création en 1985 de clones à faible pouvoir sucrant, qui a offert l'occasion de revaloriser cette production en proposant aux consommateurs un choix de variétés plus large avec une composante diététique. Dans cette optique L'INRA a entrepris des travaux de recherche sur le comportement variétal et les mécanismes biochimiques qui contrôlent le caractère non sucrant, qui ont abouti à la création de la pomme patate. Sur tubercules frais, l'analyse biochimique des sucres fait apparaître une teneur totale de sucres solubles (glucose, fructose, saccharose), deux fois plus élevée chez la patate douce sucrée par rapport aux clones de pomme patate.

Après cuisson, alors que l'on enregistre chez la patate douce une importante teneur en maltose, ce sucre est, par contre, absent dans les clones non sucrés. On peut donc expliquer le caractère non sucré de ces nouvelles variétés de pomme patate par l'absence d'une enzyme : la « bêta-amylase » qui empêche l'hydrolyse de l'amidon en maltose durant la cuisson.

Les meilleures variétés sélectionnées à l'INRA : **INRA / PP220, INRA / PP230 et INRA / PP044**, constituent un excellent complément à la pomme de terre et l'igname. La promotion de ces variétés auprès des agriculteurs est réalisée en partenariat avec la Chambre d'Agriculture.



UTILISATION CULINAIRE

Il existe de nombreuses façons de préparer la patate douce et la pomme patate.

Les tubercules durs ou secs seront de préférence bouillis ou cuites à l'étuvé. Pour éviter que les tubercules changent de couleur, il est préférable de ne pas les éplucher. Cuites en « robe des champs », les patates douces conserveront toutes leurs vitamines. Les tubercules plus mûrs seront de préférence cuits au four.

Les feuilles constituent également un aliment sain, source de vitamine A et C. Dans le Pacifique Sud, on prépare les feuilles jeunes et les pointes, en les faisant bouillir rapidement dans un peu d'eau elles sont servies avec un corps gras beurre ou lait de coco ou incorporées à des soupes. On peut aussi les faire frire dans un jus de gras et ajouter de l'oignon et de l'ail pour relever le goût.

Plus généralement, la patate douce se travaille autant salée que sucrée, sous forme de soupes, étuvée ou sautée, cuite en friture en 2 bains successifs on obtient des frites très croustillantes en surfaces qu'il est possible d'assaisonner de curry ou de paprika. Sucrée elle se travaille sous forme de confiture, de gâteau et de biscuits. Son goût rappelle alors parfois celui des marrons glacés.

Les recherches culinaires portent aussi sur des procédés d'agro-transformation originaux, tels la réalisation de chips à partir de pommes patates.

