

Bulgarie : plongée dans la vallée des roses

La rose occupe des centaines d'hectares au pied de hautes montagnes au cœur de la Bulgarie. C'est un véritable trésor : l'huile essentielle de rose est plus précieuse que l'or et s'exporte dans le monde entier. Pour le botaniste, les surprises ne s'arrêtent pas là !



Chenopodium bonus-henricus.

J'ai toujours aimé les plantes odorantes. Et parmi elles, la rose tient une place particulière. Enfant, j'aimais fourrer le nez dans les fleurs parfumées des variétés anciennes que cultivaient mes parents dans le jardin. Aujourd'hui, les roses n'ont plus d'arôme... Il en existe pourtant qui sentent tellement bon qu'on en distille les pétales pour produire une huile essentielle. Lorsque j'ai appris qu'il existait en Bulgarie une véritable « vallée des roses », j'ai décidé d'y aller voir – et sentir ! – de plus près.

Voyage au pays des belles

► Par un bel après-midi de juin, j'atterris à l'aéroport de Sofia où m'attend Jivko, un ami d'ami. Il a accepté de m'accompagner pendant deux semaines à travers son pays. Il parle parfaitement français car il a passé cinq ans en Suisse lorsqu'il était enfant. Quelques heures après mon arrivée, nous nous trouvons au sommet du mont Vitoša, culminant à 2280 mètres d'altitude, à une dizaine de kilomètres de la capitale bulgare. L'air est frais, et à mesure que nous nous éloignons des remontées mécaniques le paysage devient superbe. J'aperçois immédiatement les magnifiques *Pinus peuce*, gloires de la flore balkanique. Ces pins au feuillage touffu remplacent ici les arolles de nos Alpes, leurs très proches cousins. Ce sont de grands arbres à l'écorce formée de plaques allongées, portant, chose exceptionnelle chez les pins européens, de fines et souples aiguilles groupées par cinq. Les cônes renferment de grosses graines à coque tendre dont l'amande comestible, fine et nutritive, était jadis appréciée des populations montagnardes. Une

nature aussi belle m'émerveille, remarquablement préservée malgré la proximité d'une ville de plus d'un million d'habitants.

Le soir, un couple ami de Jivko m'invite pour me faire découvrir la cuisine bulgare. Nous dégustons les éléments de base d'un repas, à commencer par le *tarator*, une soupe de concombre râpé au yoghourt et aux noix, parfumée à l'aneth. Puis vient la *banitsa*, un gâteau de pâte feuilletée fourrée d'œufs, de yoghourt et de *sirene*, un fromage semblable à la *feta* grecque. Après une salade de concombre, de tomates, d'olives noires et de *sirene*, le plat principal est une *moussaka* bulgare, plus légère que la grecque, à base de courgettes, de pommes de terre, d'oignons, de carottes et d'épices.



Rosa gallica.

Le bon-Henri

► Le lendemain matin, Jivko m'emmène au marché. On ne peut manquer les stands des herboristes avec leurs guirlandes de plantes qui semblent être des décorations autant que des produits à vendre. Les bouquets séchés, verts, grisâtres ou colorés sont dûment étiquetés en caractères cyrilliques.



Vendeur de halva blanche sur le marché de Sofia.

Plus loin, une surprise m'attend. Un empilement de boîtes de conserves et de pots en plastique remplis d'une substance blanc crème m'intrigue. Ma « dent sucrée », selon l'expression anglo-saxonne, se réveille lorsque je comprends qu'il s'agit de *halva*, une friandise turque fondante, à base de graines de sésame écrasées avec du sucre. Mais que viennent faire sur l'étiquette ces photos d'une herbe aux larges feuilles vertes triangulaires qui me rappelle le chénopode bon-Henri, l'épinard sauvage de nos alpages ? Renseignements pris auprès du vendeur, Jivko m'explique qu'il s'agit du *tchouvenn*, qui ne pousse qu'en montagne, ce qui confirme son identité. Ici, on en utilise les racines riches en saponines pour donner une texture moelleuse à la halva. Cet usage nouveau pour moi me transporte d'excitation. Je connaissais déjà plusieurs manières d'utiliser le bon-Henri : ses feuilles se mangent comme les épinards, ses inflorescences se préparent à la façon des asperges et ses graines ont nourri nos ancêtres, comme celles de sa cousine andine, la quinoa, a nourri les Incas. Mais je n'avais jamais entendu parler d'un emploi possible de ses racines. Pour tâcher d'en savoir plus, je soumets mon interlocuteur à un interrogatoire en règle. Il m'explique volontiers ce qu'il a vu faire. Dans un chaudron posé sur le feu, on verse de la purée de sésame, du sucre et des racines de *tchouvenn* finement hachées. Puis on brasse longuement le tout.

Nommée halva blanche, cette spécialité est vendue en février, lors d'une fête religieuse de réconciliation où chacun donne et reçoit cette friandise, gage de douceur dans les relations...

La rose de Provins en Orient

Plus suave encore sera notre visite à la vallée des roses. Karlovo et Kazanlak, à l'est de Sofia, au pied de l'imposante *Stara Planina*, la « vieille montagne » qui forme un rempart contre le vent du nord, s'étendent sur près de cinquante kilomètres des hectares de champs de *Rosa gallica*, la capiteuse rose de Provins, originaire malgré son nom du Moyen-Orient. Par rapport aux opulentes variétés à fleurs doubles, elle n'a pas grand chose à

voir avec sa courte taille et ses pétales peu fournis, mais quel parfum ! L'odeur capiteuse, chaude et épicée de ses fleurs rose vif se retrouve, concentrée, presque trop puissante, dans l'huile essentielle qu'on en distille – l'une des plus rares car il faut près de trois tonnes de pétales de rose pour obtenir un litre d'« essence de rose » !

Jivko s'est occupé d'organiser la visite d'une distillerie. Nous sommes accueillis chaleureusement par une femme distinguée qui nous promène à travers l'usine en répondant avec précision à mes questions. La distillation de plantes aromatiques m'a toujours passionné. Il fut une époque, en Corse, où je distillais moi-même (à la cocotte-minute) les plantes odoriférantes du maquis dont je ne parvenais guère à tirer que quelques gouttes d'huiles essentielles, accompagnées de litres d'eau florale. Le résultat est identique avec les roses : les faibles quantités d'essence se complètent d'un imposant volume d'eau de rose, indispensable aux cuisines du Moyen-Orient et du Maghreb. On l'utilise en Bulgarie pour faire des loukoums, tandis qu'avec les pétales on prépare de la confiture et du sirop. Notre guide nous fait humer les produits de sa distillerie. Son huile essentielle est plus voluptueuse que tout ce que j'ai pu sentir jusqu'à présent et son eau de rose est parfaite. Je dépose délicatement une goutte d'essence sous chacune de mes narines et tout me semble acquérir la qualité charnelle de ce parfum. Sans avoir besoin de fermer les yeux, je m'engouffre à chaque inspiration dans un monde sensuel où la réalité devient un rêve précieux que je voudrais à jamais retenir.



François Couplan



Distillerie d'essence de rose.

François Couplan, ethnobotaniste, est l'auteur de nombreux ouvrages sur les plantes et la nature, dont une encyclopédie en trois volumes. Il organise régulièrement des stages de découverte des plantes sauvages comestibles et médicinales, ainsi qu'une formation complète sur trois ans. Retrouvez les plantes et les recettes de François Couplan dans son livre *Dégustez les plantes sauvages*, sur son site : www.couplan.com, et inscrivez-vous à sa lettre d'informations gratuites.