



Les truffes pour les nuls

La truffe est un genre de champignons vénéré depuis des millénaires. On en dénombre aujourd'hui des centaines d'espèces, généralement odorantes et, pour quelques-unes, aux parfums très agréables qui n'échappaient pas aux Anciens. Au début de notre ère, comme les gens de son époque, l'auteur grec Plutarque croyait que les éclairs, en frappant le sol, les faisaient apparaître. Mais s'agissait-il vraiment de la truffe telle que nous l'entendons maintenant ?

On compte en effet des centaines d'autres espèces qui se développent sous terre et qui dégagent, comme les vraies truffes (*Tuber* spp.), des odeurs distinctives. Plusieurs d'entre elles sont des sosies trompeurs, qui ont une valeur culinaire appréciable bien qu'elles soient assignées à des genres différents.

Certains mycologues mettent de côté les critères génétiques propres au genre *Tuber*, et appellent «truffes» au sens large les espèces dont les spores sont à l'intérieur et ne sont pas exposées sur une surface externe comme des lamelles ou des pores. Ces champignons se seraient graduellement adaptés à un environnement hostile en refermant leur chapeau : la dispersion de leurs spores nécessite l'ingestion par des animaux.

Vous pourrez toujours trouver chez nous les [meilleurs produits](#) et les ouvrages les plus intéressants dans le domaine.

Les meilleures

Blanches, noires, estivales, hivernales, ces épithètes ne disent pas la valeur d'une truffe. Jadis, les connaisseurs parvenaient à reconnaître les espèces à l'œil et au nez. La diversité qu'on voit sur les marchés et la maîtrise moderne de la synthèse des arômes ont rendu l'identification moins sûre.

Au sommet, on retrouve deux espèces phares : la truffe blanche d'Alba (*Tuber magnatum pico*) et la truffe noire du Périgord (*Tuber melanosporum*, photographiée ci-contre) qu'on reconnaît parfois comme la meilleure des deux. En Europe, elles vivent naturellement en symbiose avec les chênes, les



Les truffes pour les nuls

noisetiers, les charmes et quelques autres essences de feuillus comme les peupliers et les hêtres dans le cas de la blanche en particulier. Sur les marchés de consommation nord-américains, les prix de détail pour des truffes de petites tailles (moins de 20g) ont varié autour de 3,00\$ et de 8,00\$/g respectivement au cours des dernières années, davantage pour des truffes plus conséquentes. Pendant l'hiver 2017-18, le prix des truffes blanches a pu excéder 12\$ en raison d'une récolte particulièrement faible. À l'occasion, des blanches de taille exceptionnelle peuvent atteindre des prix plus astronomiques dans des encans très médiatisés.

Malgré toutes les tentatives de transplantation, la blanche d'Alba est toujours sauvage, cantonnée au nord de l'Adriatique jusqu'au Piedmont italien. Son odeur complexe se dissipe rapidement : ail, fromage et méthane. Pour cette raison, elle ne doit pas être cuite, mais bel et bien mangée crue. Réfrigérée en pot dans du riz ou sous vide, elle conserve son parfum une dizaine de jours.

Au sommet également, bien que plus abordable, la truffe noire du Périgord poussait autrefois naturellement en France, en Italie et en Espagne. Aujourd'hui, sa culture est maîtrisée au point de fournir la quasi-totalité de l'offre. Elle se pratique à travers le monde et le commerce des plants inoculés est florissant. Dans l'hémisphère nord, on consomme en été de telles truffes qui proviennent de l'Australie ou du Chili où c'est la saison froide.



Les truffes pour les nuls



La truffe noire du Périgord est facilement trois fois moins chère que la truffe blanche d'Alba, et encore moins, si elle n'est pas d'origine française, qu'elle soit italienne, espagnole ou d'ailleurs. Elle se mange crue, mais peut aussi être cuite délicatement. Son arôme – musqué, boisé et animal – est saisissant. Il résiste mieux que celui de la blanche d'Alba : réfrigérée, en pot dans du riz, dans du gras de canard ou sous vide.

L'enjeu monétaire étant considérable et les sosies nombreux, il n'est pas étonnant que la contrefaçon soit présente. Pourtant, l'analyse de son profil aromatique en laboratoire permet de déterminer non seulement l'espèce, mais aussi parfois le village d'origine d'un spécimen particulier.

Les autres

Rares sont ceux qui auront la fortune de goûter d'originales truffes blanches d'Alba ou noires du Périgord. À côté de ces vedettes, on dénombre de nombreuses espèces de vraies truffes qui n'excitent pas tant l'odorat, qui sont moins prisées, moins attirantes, plus effacées, voire même détestables. Elles sont souvent utilisées dans les préparations culinaires rectifiées à l'aide d'arômes artificiels : leurs copeaux décorent le fond de bouteilles d'huile aromatisées.



Les truffes pour les nuls

En Europe, qui demeure le berceau culinaire de la truffe, de novembre à mars, on récolte la truffe noire d'hiver (*Tuber brumale*). Elle est de la lignée génétique de la truffe noire du Périgord, sans en avoir le goût. Elle n'en a pas non plus l'écorce (péridium) aux reflets rougeâtres. Les veinules blanches qui traversent sa chair (glèbe) sont plus larges. Elle est aussi moins musquée.

Tard en hiver et jusqu'au printemps, c'est la «petite blanche» ou bianchetto (*Tuber borchii*) qui fait son apparition. Son territoire est vaste : il s'étend de la Sicile à la Finlande. Ressemblant assez à la truffe blanche d'Alba, comme cette dernière, elle dissipe une odeur d'ail.

Viennent ensuite, de mai à septembre et sur une grande partie de l'Europe, les truffes d'été (*Tuber aestivum*) qui comptent plusieurs variétés. Elles partagent génétiquement le même ancêtre que la fameuse truffe d'Alba, mais diffusent un parfum plus discret.

Largement répandue malgré son appellation régionale, la truffe de Bourgogne (*T. uncinatum*) est l'une de ces «truffes d'été». Elle atteint sa maturité tard en saison. On la surnomme justement «truffe d'automne», mais aussi «truffe musquée» à cause de son odeur prononcée.

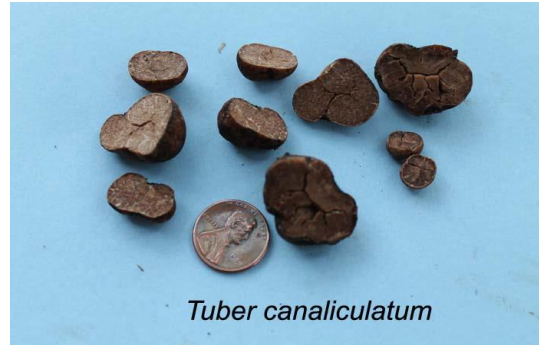
En Amérique du Nord, plusieurs espèces endémiques, au parfum intense, ont été identifiées. Des truffes blanches d'hiver et de printemps (*T. oregonense* sur la photo et *T. gibbosum*) poussent sous les sapins de Douglas de la côte Ouest. Leur domaine s'étendrait jusqu'en Ontario. Aux nez de certains, comme Charles Lefevre, spécialiste et entrepreneur trufficulteur, elles valent la truffe blanche d'Alba bien qu'il concède avec [James Trappe](#), sommité dans le domaine, qu'elles sont généralement récoltées trop tôt, avant d'atteindre leur pleine saveur.



Les truffes pour les nuls



Tuber lyonii



Tuber canaliculatum

Parmi les espèces nord-américaines recherchées, la truffe du pacanier (*T. lyonii*) et la truffe à veinule aussi appelée truffe des Appalaches (*T. canaliculatum*) sont présentes dans l'Est, jusqu'au sud de l'Ontario et du Québec.

En Extrême Orient, au bas de l'échelle aromatique, il y a plusieurs espèces ou variétés (himalayenne, indienne, chinoise). L'arrivée de ces truffes sur le marché européen a fait temporairement chuter les prix. Elle fait encore craindre la contamination des truffières, d'autant plus que la truffe de Chine (*T. indicum*) ressemble beaucoup à la noire du Périgord. Elle est d'ailleurs de la même lignée génétique, ce qui n'est pas un gage de parenté aromatique.

On comprend que l'authentification des truffes devient un défi pour tous, même pour les experts. Une guerre des taxons (noms scientifiques reconnus) est en cours à l'échelle planétaire, en raison des enjeux financiers. Vous trouverez à la boutique les meilleurs ouvrages et des produits que nous connaissons.

Même au Canada

Dans le sud de la Colombie-Britannique, il y a une quinzaine d'années, quelques entrepreneurs ont voulu implanter des espèces européennes et notamment la truffe noire du Périgord. En bonne partie, les plants inoculés ont été importés d'Orégon où Charles Lefevre les produisait et en faisait la mise en marché. Plusieurs de ces entrepreneurs se sont regroupés au sein de l'[Association des trufficulteurs de C.-B.](#) Les champignons du genre étant symbiotiques, le noisetier



Les truffes pour les nuls

a été préféré, et les plants inoculés ont été importés d'Oregon. Normalement, il faut compter environ sept ans avant d'obtenir une première fructification. Avec le passage des années, on a commencé à s'inquiéter de la qualité des plants. Le contrôle de la qualité est en effet presque impossible pour l'acheteur, ce qui laisse place à du maquignonnage.



Nous avons rencontré celui qui était alors président de l'Association, John Neudorf (sur la photo au milieu de sa truffière, en compagnie de ses chiens truffiers Skipper et Tobie). Il nous a fait visiter son exploitation au sud-est de l'île de Vancouver : environ 500 noisetiers (2/3) et chênes y sont inoculés.

Il a fallu attendre mars 2013 pour voir percer une première truffe, non pas chez John, mais bien chez son voisin apprenti trufficulteur comme lui. La nouvelle a suscité énormément d'espoir, mais le phénomène ne s'est pas répété en 2014. Il est vrai que l'hiver 2014 a été très froid dans la région. Un trufficulteur de Vancouver aurait trouvé au sol quelques truffes gelées, mais John lui-même s'est retiré cette année-là. En fait, les noisetiers de John comme ceux de son voisin ont succombé à la «brûlure orientale des noisetiers» (en angl., Eastern Filbert Blight) qui affecte l'espèce européenne (*Corylus avellana*), mais épargne les espèces indigènes (*C. americana* et *C. cornuta*).

Malgré les écueils, le commerce des plants truffiers demeure florissant, même en climat ingrat. Ainsi, la société québécoise Arborinnov offre des plants de chênes ou de noisetiers sauvages inoculés de mycélium de truffes des Appalaches (*Tuber canaliculatum*, une espèce indigène) et de truffe de Bourgogne (*Tuber uncinatum*). Patience aidant, les premiers résultats sont encourageants malgré des conditions difficiles.



Les truffes pour les nuls

Jusqu'à récemment, on croyait que les truffes étaient asexuées, sans besoin d'un partenaire de «polarité» opposée pour se reproduire. Or, nous savons aujourd'hui que les truffes du Périgord, tout au moins, sont autostériles, soit «mâles», soit «femelles», et ont besoin d'une contrepartie pour se reproduire sexuellement. En outre, elles auraient naturellement tendance à vivre dans des groupes de l'une ou l'autre des polarités, ce qui réduit la probabilité de fertilisation et de fructification. Cette nouvelle compréhension amènera les producteurs de truffes dans le monde entier à créer un couplage optimal des arbres inoculés.

Celles qui n'en sont pas vraiment

Outre les truffes, de nombreuses espèces de champignons se cachent sous terre (c.-à-d., hypogées), à l'abri des intempéries, où certaines développent des parfums attirants. Ayant adopté une stratégie de survie similaire, elles ressemblent souvent aux vraies truffes (sans en avoir le prix), même quand elles en sont très éloignées sur le plan génétique.



Terfess marocaines en conserve

Selon la tradition, la manne qui aurait sauvé Moïse et son peuple de la famine n'était nul autre que la truffe du désert, un champignon adapté aux milieux arides. En fait, plusieurs variétés de champignons peuplent les zones semi-désertiques, de la Méditerranée jusqu'en Chine et en Afrique du Sud.

On les nomme turma (espagnol), kama (arabe), kmehin (hébreux), terfezia, ou tirmania, et la croyance populaire veut que leur apparition soit déclenchée par les orages du printemps. Bien qu'appréciées localement et nourrissantes, les terfès et leurs cousines rappellent souvent la pomme de terre, et ne sont pas du genre



Les truffes pour les nuls

Tuber. Sur tous les continents, en zones humides ou arides, ces espèces hypogées ont souvent une forme arrondie recouverte d'une croute protectrice.

Pour l'Amérique du Nord, James Trappe compte quatre-vingt-dix espèces, dont seulement dix seraient de vraies truffes. Dans un ouvrage récent, [Beug](#), [Bessette et Besette](#) restreint ce nombre à cinq, mais le débat se poursuit. La fameuse truffe d'Orégon (*Leucangium carthusianum*) par exemple, ne se qualifie pas : relativement rare, elle pousse sous les sapins de Douglas de la côte. Intensément parfumée, elle dissipe une agréable odeur fruitée rappelant l'ananas. On en fait de merveilleux dessert.

La truffe du cerf muriqué (*Elaphomyces muricatus*), abondante dans le Nord-est américain, n'a même pas cette distinction culinaire : immangeable pour nous, elle fait le régal de certains rongeurs et d'autres champignons comme les cordyceps locaux.

Le groupe des champignons recroquevillés

D'autres espèces sont encore plus éloignées du genre *Tuber*, et font partie, par exemple, de genres associés aux bolets ou aux cortinaires. Elles se développent également sous terre, et ont adopté des stratégies de reproductions similaires, en particulier, en attirant les animaux par leur odeur intense. Certains auteurs les assimilent familièrement à des truffes parce que la dissémination de leurs spores nécessite l'ingestion animale. Elles font partie d'un groupe très large, mal défini, qu'on appelle les champignons recroquevillés (en angl., sequestrate mushrooms) dont les chapeaux sont complètement refermés. À ce titre, des vesses-de-loup seraient des truffes si le critère réside dans le processus naturel d'adaptation.

Leurs arômes



Les truffes pour les nuls

Parce qu'elles se lovent à l'abri des intempéries, les odeurs composent la trousse de survie des truffes : ne pouvant répandre leurs spores au gré des vents, elles doivent attirer les animaux porteurs.

L'arôme de la truffe blanche d'Alba est complexe : ail (surtout), musque, muscade et miel. On a identifié et quantifié tous les composés aromatiques volatils de chacune des espèces les plus recherchées. En laboratoire, aujourd'hui, on peut donc reconnaître les espèces à leurs composés. Les lecteurs qui peuvent survivre au jargon ésotérique apprendront, par exemple, que le diméthylsulfure (odeur d'ail) est dominant chez la blanche d'Alba, au point qu'il sert d'arôme synthétique dans la plupart des sous-produits truffiers.

Il est même possible aujourd'hui de repérer le terreau, le village d'où provient un champignon, des nuances intraspécifiques qui échappent à notre odorat deviennent perceptibles à l'aide de l'instrumentation appropriée. Cependant, si les truffes noires du Périgord sont plus prisées que celles d'Italie centrale (dont un profil apparaît au tableau), il ne faut négliger l'effet de l'image de marque sur l'imagination et sur les prix.

Truffe <i>Melanosporum</i> d'Italie centrale	
<i>Composés volatils en pourcentage %</i>	
Diméthylsulfure	7,5%
Acétaldéhyde	4,5%
2-méthylpropanal	5,0%
2-méthylbutanal	4,0%
Ethanol	27,0%
2-méthylpropanol	21,0%
2-méthylbutanol	17,0%
Acétone	8,0%
2-butanone	2,5%

L'odeur d'ail est plus effacée chez la noire du «Périgord».

Dans le profil chimique d'une *Melanosporum* d'Italie centrale, on reconnaît plusieurs composés proches du



Les truffes pour les nuls

1-propanol

2,0%

Source: Bellesia *et al.* (1998) The volatile organic compounds of black truffle (*Tuber melanosporum* Vitt.) from middle Italy. *Flavour and Fragrance Journal*, 13: 56–58.

butane et du propane, une odeur terreuse avec une note de muscade.

Les premières inhalations étonnent la plupart des novices, un peu comme la sensation de la première bière. Toutes les truffes ne sont pas agréables et même les plus prisées ne sont pas au goût de tous les nez. Les meilleures dissipent en tous cas un parfum intense: comme on le fait parfois, il suffit d'ajouter un seul spécimen dans un contenant d'œufs pour leur communiquer sa fragrance.

L'industrie des produits fins maîtrise bien la synthèse chimique et la rhétorique gastronomique. Il ne suffit plus de savoir lire, il faut aussi connaître les codes, puisque chaque mot d'un énoncé et la place qu'il y occupe sont significatifs.

Souvent simulé au point de confondre notre odorat, le parfum des truffes laisse rarement insensible. Pour de très nombreuses personnes, il est irrésistiblement accrocheur.



Les truffes pour les nuls

Conservation

À l'état frais, les truffes sont à leur meilleur, mais leur récolte ne s'étend que sur quelques semaines et leurs effluves s'estompent en quelques jours. À court terme, préserver dans un pot avec du riz, elles communiqueront leur arôme au riz, mais elles perdront environ 5% de leur poids quotidiennement.

Dans une certaine mesure, on peut en prolonger la vie utile. La surgélation permet de les garder jusqu'à un an. Le produit doit alors être consommé aussitôt après la décongélation. On peut aussi les conserver entières en pot dans un peu d'eau légèrement salée. Les arômes se dissipent cependant moins de deux heures après l'ouverture du bocal.

Les produits dérivés

Par ailleurs, l'industrie a développé un grand nombre de produits dérivés, en misant sur la réputation du genre. En général, les espèces moins nobles, rehaussées par des arômes artificiels, y remplacent les précieuses truffes d'Alba et du Périgord.

Certains fabricants disent procéder à une extraction complète des composés aromatiques volatils qu'ils incorporeraient à leurs produits. Ces composés ont été isolés et sont couramment synthétisés : le diméthylsulfure, note dominante de la truffe blanche d'Alba, est présent dans beaucoup de succédanés.

En général, quand ces produits contiennent de véritables truffes, il s'agit d'espèces relativement peu parfumées du groupe des truffes d'été (*Tuber aestivum*), dont l'arôme est rehaussé artificiellement.

Voici quelques exemples de ces créations.

En pot, les [tranches de truffes d'été](#) impressionnent sur les plats comme le carpaccio de veau, les pâtes ou le [risotto](#). Typiquement, elles comptent pour 70% du contenu des **carpaccios** qui baigneront dans l'huile d'olive extra-vierge avec sel et arôme salé. Elles sont très utilisées en restauration.



Les truffes pour les nuls



Les **jus de truffes** sont ajoutés aux sauces et aux bouillons. Leur valeur varie selon l'espèce dont ils sont extraits et leur dilution dans l'eau. Ils s'ajoutent aux sauces et aux jus de cuisson.

Pâtés et purées s'accordent avec les œufs, la crème ou le beurre. Des [pâtés aux truffes](#) en pot sont généralement faits de truffes d'été, avec de l'huile d'olive extra-vierge. Les [purées de truffes d'été](#) en tube contiennent des brisures (70%) et du jus (27%) de ces truffes, de l'amidon de maïs et du sel.

Les **tapenades** ou [tartufatas](#) sont tartinées sur des craquelins. Elles accompagnent, avec bonheur, les pâtes, le riz ou les poissons. Elles s'utilisent avec du bouillon de poulet, de l'huile d'olive vierge extra ou du beurre auquel vous pouvez ajouter du fromage parmesan. Elles contiennent, par exemple, 10% de truffes d'été, olives, huile d'olive, câpres et arôme artificiel.

Les [huiles de truffe](#) sont des produits tout usage en cuisine, au parfum intense dont il ne faut pas abuser : quelques gouttes suffisent le plus souvent. Puisque les champignons ne contiennent pas de gras, il s'agit donc d'huiles végétales aromatisées, presque toujours des huiles d'olive. Parfois, des brisures de truffes d'été auront trempé dans le liquide et décoreront le fond de la bouteille. L'arôme



Les truffes pour les nuls

peut être emprunté à la truffe «noire» ou à la «blanche», la précision apparaissant à l'occasion sur l'étiquette.

Les [beurres de truffes](#) sont des beurres aromatisés. De même en est-il des [miels](#) aromatisés à la truffe blanche.

Les [sels de truffes](#) contiennent du sel de mer, des grains de truffes d'été, 5% par exemple, et de l'arôme. Les [olives aromatisées aux truffes](#) baignent dans des huiles de tournesol et d'olive, avec des traces de truffes d'été, d'ail, un soupçon d'acides citrique et ascorbique. Vous trouverez même des [chips aux truffes](#) contenant des truffes d'été déshydratées et aromatisées.

Plusieurs produits mélangent les truffes et leurs arômes à d'autres espèces, champignons de Paris ou cèpes qui en représentent la plus grande part. Les variantes sont innombrables.

Conclusions

Les progrès du savoir, notamment les avancées en connaissances génétiques, allongent rapidement la liste des truffes, vraies et prétendues. Sur cette liste, la noire dite du Périgord et la blanche d'Alba demeurent les plus agréablement parfumées. Les difficultés d'identification deviennent cependant de plus en plus des défis à relever avec la mondialisation des marchés, la synthèse chimiques et la culture commerciale.

Il faut lire les étiquettes sans se laisser prendre par les évocations ambiguës comme «truffe blanche», «noire», «d'hiver» ou «arôme naturel de truffe». Trop souvent alambiqué, il est vrai, on apprécie tout de même dans plusieurs de ces dérivés les arômes envoutants qui ont fait la réputation des truffes.

Ces dernières, cultivées ou sauvages, ont eu et continueront d'avoir une importance unique en cuisine et en gastronomie.