

# Le lait saveur Béarnais

**CASTÉTIS** La ferme Lait P'tits Béarnais transforme son lait cru, directement tiré du pis des vaches, et vend ses produits aux consommateurs sans intermédiaire.

8 heures du matin à la ferme Lait P'tits Béarnais, l'heure de la traite. Fanny Ferrand enfourche son quad pour aller chercher ses « filles » dans le pré d'en face, et revient avec une quarantaine de vaches de race normande, réputées pour leur lait bien adapté à la transformation fromagère.

Fanny a repris la ferme de ses parents avec son conjoint Jean-Baptiste, et fabrique tous types de fromages et de produits laitiers qu'elle vend directement à la ferme, aux AMAP voisines ou sur commande. « Notre vie repose sur notre sol, affirme-t-elle. Nous avons 10 hectares de prairies et sommes presque autonomes en alimentation. La taille du troupeau est choisie en fonction de l'herbe qu'on produit. »

## Le vrai goût des choses

« Le vrai lait, c'est le lait cru ! », soutient l'éleveuse, vantant un produit trop souvent diabolisé parce que trop gras et trop indigeste. Le lait n'a plus bonne presse, en effet. « Mais pourquoi est-il indigeste ? interroge-t-elle. Parce qu'il a été chauffé, pasteurisé, et que ses protéines ont été dénaturées. C'est cette transformation à laquelle le corps n'est pas adapté. Il n'y a rien de mieux que les produits qui n'ont pas été dénaturés. »

Fanny défend une nourriture saine et naturelle pour retrouver le vrai goût des choses. Aujourd'hui, le plus en plus de consommateurs viennent à la ferme lui acheter son lait frais et entier. « On a choisi de sortir du système enseigné à l'école, qui consiste à produire en grande quantité et à nourrir le bétail à l'ensilage au maïs. » Il y a quinze ans, le couple a revendu ses vaches Prim'Holstein pour un troupeau de Normandes, du lait plus goûteux et plus riche



**L'AVIS DU CHEF** David Ducassou, du restaurant Cap E Tot à Morlanne

« Fanny fait un bon fromage de vache et c'est assez rare »



David Ducassou, le chef et propriétaire du restaurant Cap E Tot, à Morlanne. © LAURENCE FLEURY

David Ducassou, chef du restaurant Cap E Tot à Morlanne, utilise le lait de la ferme Lait P'tits Béarnais pour ses desserts et sa pâtisserie. « Il est onctueux et il a du goût ! assure-t-il. Et j'aime cette prise de risque qu'a pris ce couple il y a 15 ans, alors que personne dans le milieu rural n'avait cette démarche. Finalement, on s'est aperçus qu'il avait raison. » David Ducassou propose à la carte un plateau de fromages fourni, avec tous ceux de Fanny et de quelques autres producteurs locaux. Sa cuisine « bistrannique » change tous les jours. David cuisine ce qu'il a dans le frigo, selon son

inspiration du jour. Sa démarche : proposer des plats gastronomiques, une vraie cuisine sincère et novatrice à des prix cohérents pour le plus grand nombre. À l'intérieur, la décoration est chaleureuse, type bistro, avec des personnalités du Béarn peintes sur les murs, un jeu de quilles où les uns jouent, tandis que les autres savourent le menu dégustation servi avec six plats au choix. Al'écart, un petit salon cosy pour les clients adeptes d'un peu plus de tranquillité. « En bas, c'est la cave. Les gens descendent eux-mêmes choisir leur vin. »

|| L.F.

## SA RECETTE

### Le lait de vache normande 3 façons, aux fruits locaux de saison

Ingrédients pour 4 personnes



lait, ajouter la gélatine, le jus du citron vert et mixer

ait bien adapté à la transformation fromagère.

Fanny a repris la ferme de ses parents avec son conjoint Jean-Baptiste, et fabrique tous types de fromages et de produits laitiers qu'elle vend directement à la ferme, aux AMAP voisines ou sur commande. « Notre vie repose sur notre sol, affirme-t-elle. Nous avons 10 hectares de prairies et sommes presque autonomes en alimentation. La taille du troupeau est choisie en fonction de l'herbe qu'on produit. »

### Le vrai goût des choses

« Le vrai lait, c'est le lait cru ! », soutient l'éleveuse, vantant un produit trop souvent diabolisé parce que trop gras et trop indigeste. Le lait n'a plus bonne presse, en effet. « Mais pourquoi est-il indigeste ? interroge-t-elle. Parce qu'il a été chauffé, pasteurisé, et que ses protéines ont été dénaturées. C'est cette transformation à laquelle le corps n'est pas adapté. Il n'y a rien de mieux que les produits qui n'ont pas été dénaturés. »

Fanny défend une nourriture saine et naturelle pour retrouver le vrai goût des choses. Aujourd'hui, le plus en plus de consommateurs viennent à la ferme lui acheter son lait frais et entier. « On a choisi de sortir du système enseigné à l'école, qui consiste à produire en grande quantité et à nourrir le bétail à l'ensilage au maïs. » Il y a quinze ans, le couple a revendu ses vaches Prim'Holstein pour un troupeau de Normandes, du lait plus goûteux et plus riche en protéines, avec la ferme intention de maîtriser l'ensemble de la chaîne de production.

Tous les jours, Fanny et Jean-Baptiste fabriquent yaourts, fromage blanc, confiture de lait, fromages frais ou à affiner, tout en bio. Et leur petite entreprise tourne plutôt bien. « On nous fait croire que notre rôle est de nourrir la planète, mais commençons déjà par vivre de notre travail ! Le changement viendra des consommateurs eux-mêmes, qui ont désormais un rôle à jouer dans leur mode de consommation. »

LAURENCE FLEURY

**PRATIQUE**  
Lait P'tits Béarnais, 2 400 chemin de  
Malasque, à Castétis. 05 59 67 54 41



**L'AVIS DU CHEF** David Ducassou, du restaurant Cap E Tot à Morlanne

## « Fanny fait un bon fromage de vache et c'est assez rare »



David Ducassou, le chef et propriétaire du restaurant Cap E Tot, à Morlanne. © LAURENCE FLEURY

David Ducassou, chef du restaurant Cap E Tot à Morlanne, utilise le lait de la ferme Lait P'tits Béarnais pour ses desserts et sa pâtisserie. « Il est onctueux et il a du goût ! assure-t-il. Et j'aime cette prise de risque qu'a pris ce couple il y a 15 ans, alors que personne dans le milieu rural n'avait cette démarche. Finalement, on s'est aperçus qu'il avait raison. » David Ducassou propose à la carte un plateau de fromages fourni, avec tous ceux de Fanny et de quelques autres producteurs locaux. Sa cuisine « bistro-moderne » change tous les jours. David cuisine ce qu'il a dans le frigo, selon son

inspiration du jour. Sa démarche : proposer des plats gastronomiques, une vraie cuisine sincère et novatrice à des prix cohérents pour le plus grand nombre. À l'intérieur, la décoration est chaleureuse, type bistro, avec des personnalités du Béarn peintes sur les murs, un jeu de quilles où les uns jouent, tandis que les autres savourent le menu dégustation servi avec six plats au choix. À l'extérieur, un petit salon cosy pour les clients adeptes d'un peu plus de tranquillité. « En bas, c'est la cave. Les gens descendent eux-mêmes choisir leur vin. »

■ L.F.

### SA RECETTE

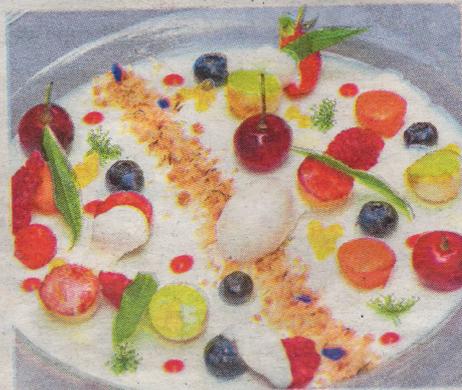
## Le lait de vache normande 3 façons, aux fruits locaux de saison

### Ingrédients pour 4 personnes

- 45 cl de lait.
- Des fruits de saison au choix (ici, les pêches et abricots de Monein, les myrtilles de Bournos, les framboises de Bahus-Soubiran et les fraises de son jardin).
- 5 feuilles de verveine.
- 15 g de gingembre frais.
- 1 citron vert.
- Sucre, farine, beurre, présure, gélatine.

### Préparation

**- 1 :** Lait caillé à la verveine. Chauffer 20 cl de lait à 60 °C avec 25 g de sucre. Faire infuser cinq feuilles de verveine, filtrer puis mouler dans des assiettes.



Un dressage au top. © LAURENCE FLEURY

- 2 :** Lait glacé au gingembre. Mixer 15 cl de lait avec 15 g de gingembre et 15 g de sucre. Mettre au congélateur et fouetter 4 fois toutes les 5 minutes.
- 3 :** Écume de lait au citron vert. Faire fondre la gélatine à l'eau fraîche, faire chauffer 10 cl de

lait, ajouter la gélatine, le jus du citron vert et mixer pour faire mousser.

**- 4 :** Crumble citron vert. Mélanger 30 g de beurre pommade, 30 g de sucre, 50 g de farine et l'écorce de citron vert. Cuire à plat au four 10 minutes à 170 °C. Dresser les assiettes avec goût. ■

### Pour l'accompagner...



Vin blanc sec  
Heïta du  
Béarn 2013,  
de Sophie et  
Thibaud  
de Salettes,  
à Denguin.

© LAURENCE  
FLEURY