



FICHE TECHNIQUE DU PRODUIT

SAFRAN DE L'ANTI-ATLAS



Catégorie	Souveraineté alimentaire
Ingrédients	Safran en pistils
Producteur	<p>Coopérative agricole Taliouine e Coopérative Azdm Makorne</p> <p>Grâce au présidium Slow Food du safran, à l'association Franco-Marocaine Migration et Développement et à l'Office Régional de Valorisation Agricole (ORMVA), la Coopérative Agricole de Taliouine a été fondée en 2004 avec 11 agriculteurs adhérents qui produisent 50 kg de safran par an, avec une moyenne d'environ 4,5 kg pour chaque producteur. Au fil des années, plus de 40 coopératives se sont créées dans la région de Taliouine spécialisées dans la production de safran, et nous collaborons au développement de la Coopérative Azdm Makorne, fondée en 2019 par 7 petits producteurs adhérents.</p>
Lieu de production	Centre Commune Rurale Tassousfi, Taliouine, Taroudant, Région de Souss-Massa
Certifications	ONSSA (Office National de Sécurité Sanitaire des Produits Alimentaires), Terroir du Maroc, NormaCERT Appelation d'Origine Protégée "AOP", MoroccoFOODEX, FairTRADE
Méthode et filière de production	Le safran est cultivé dans les champs de nos adhérents, situés dans différents villages des montagnes de Taliouine (Anti-Atlas) entre 1300 et 1500 mètres d'altitude. D'octobre à novembre, les familles cueillent la fleur à l'aube, alors qu'elles sont encore fermées, puis les précieux pistils sont séparés. Toutes les étapes de ce travail sont manuelles et naturelles. Les agriculteurs partenaires n'utilisent pas de produits chimiques pour fertiliser leurs terres. Il n'y a pas de variété particulière de safran, mais le plateau de Souktana, grâce à son sol, son climat et le savoir-faire des producteurs, donne un produit particulièrement précieux, à l'arôme et à la saveur intenses.
Conseils d'utilisation	L'épice appelée safran est obtenue à partir des stigmates de la fleur de <i>Crocus sativus</i> . C'est l'un des aliments les plus riches en caroténoïdes qui donnent la couleur jaune-or typique des plats et contient des vitamines A, B1 et B2. Cette épice a une action calmante et antispasmodique, utile pour contrer les troubles de l'humeur également liés aux menstruations. C'est aussi un antioxydant et favorise les fonctions digestives. L'utilisation du safran en cuisine va des entrées aux desserts, mais les meilleures combinaisons sont avec le riz, les crustacés, les fruits de mer, les viandes mijotées et les sauces. Dans ces cas, le goût du safran enrichit, colore et rehausse les saveurs. Des précautions doivent être prises avec les doses, car un surdosage peut être nocif ; il est important de ne pas dépasser 1,5 gramme par jour et par personne. Comment utiliser les pistils ? Facile! Il faut d'abord les plonger dans un peu d'eau chaude dans une tasse, couvrir et laisser infuser au moins 40 minutes. Vous pouvez ensuite verser la préparation dans votre recette. Le safran est thermolabile, il faut faire attention à ce que trop de chaleur provoque la perte de la majeure partie de l'arôme. Pour cette raison, il est préférable de l'ajouter à votre recette pendant le travail, vers la fin de la cuisson et non au début. Au Maroc, il est aussi souvent utilisé pour aromatiser le thé, notamment dans la région de Taliouine.



BP 88 - Timouliit - Province d'Azilal - Maroc +212 (0) 617052221 / + 39 3408068289

boukhbizamohamed@gmail.com www.marocnatureculture.org

Mohamed Rafia Boukhbiza - responsable commerce équitable