

Sardaigne : l'art de l'agritourisme

VOYAGE

Il n'y a pas que l'été et la plage. Toute l'année et sur tout le territoire de l'île, un tourisme rural, durable et attentif associe ovins et vins, gastronomie et patrimoine.

On connaît souvent mal ses voisins. La Sardaigne se situe à 11 km de la Corse mais semble une île mystérieuse, plus exactement méconnue. Bien sûr, ses rivages sont magnifiques, mais ne la limitent pas au tourisme de plage durant la brève période estivale. Toute l'année, l'intérieur du territoire mérite la visite. Certains villages tombent en ruine, vidés par l'émigration, d'autres restent bien vivants, peuplés de cafés et d'épicerie qui vendent les fruits et les légumes locaux et de saison cueillis localement par les familles. Sur les parkings, au bord des routes, des voitures au coffre ouvert proposent les fraises du jardin, les cerises d'une fraîcheur et d'une maturité parfaites. La grande distribution ne monopolise pas encore le commerce. Sur les routes, les constructions préhistoriques en pierre massive de l'époque nuragique sont signalées.

Mais il n'est pas rare de découvrir des cercles de pierre entassés, enclos primitifs et vestige des premières bergeries, par exemple chez Michele Cuscusa, éleveur à Gonnostramatza dans le centre de l'île. Son bâton pastoral qui servait aussi à casser le lait caillé et sans doute autrefois à se défendre, nous plonge dans des temps immémoriaux. Michele

PIERRICK BOURGAULT



«La culture, c'est ce que l'on mange» affirme l'herboriste Valentina Allegria. La magnifique diversité de l'agriculture et des nourritures est un angle passionnant pour aborder un territoire. C'est un héritage lié au climat et à l'histoire locale.

Cuscusa organise des stages de techniques fromagères. Il cuisine pour ses hôtes les légumes de son jardin, la viande de ses ovins et caprins, accompagné des vins de sa vigne et bien sûr de ses fromages.

Gastronomie terre et mer

Un océan de brebis - trois millions, la moitié du cheptel italien - gardé par la mer Méditerranée. Une île ne compte que sur elle-même pour se nourrir et la Sardaigne cuisine une gastronomie originale, sans doute proche des recettes antiques. La fregola, pâte locale aux gros grains de blé dur, évoque le couscous tunisien. Le fromage de brebis, salé ou non, frais ou en tomme, entre dans les recettes. La ricotta valorise le lactosérum en le re-cuisant, ce qui explique son nom. On en fourre les raviolis.

Les artichauts sont appréciés petits, ainsi que le cochon de lait. La guanciale est une joue de porc,

bien grasse, et il existe un jambon de brebis.

Côté mer, le poulpe se magnifie en carpaccio à l'huile d'olive. Les chefs créatifs tels Marcella Frau (de la modeste pizzeria *Era Ora*, à Arborea) associent le tartare de vache avec poutargue et oursin, dans une cuiller ; d'autres avec oignon frais et pêche tranchée au couteau. Ces gastronomies originales, différentes d'une région à l'autre, constituent l'un des charmes de l'Italie.

Ce que raconte le vin

Piero Cella, le célèbre œnologue sarde, évoque les soucis des deux derniers millésimes : «2017 a connu des températures extrêmes, près de 50°C, et 2018 des pluies diluviennes qui ont raviné les vignobles et provoqué un

mildiou que l'on ne pouvait traiter car il était impossible d'entrer dans les parcelles détrempées». La production de vin est deux fois moindre qu'une année normale et a été divisée par dix depuis les années 1970 !

Largement exporté, le vin est, avec le fromage de brebis, la fierté de la Sardaigne. Les cépages cannonau (grenache, rouge) et vermentino (blanc) sont les plus fréquents. Comment les vignerons s'adaptent-ils au changement climatique ? En se tournant vers leurs cépages anciens, nuragus, pascale, bovale et monica, plus résistants aux maladies et moins consommateurs d'eau. Ces cépages en voie de disparition intéressent désormais les amateurs curieux de vins originaux. Quelques domaines se donnent pour mission de les sauver, tel

PIERRICK BOURGAULT



Terre de centenaires

L'Oligastria, dans la montagne à l'Est de la Sardaigne, fut la première zone bleue signalée par des chercheurs pour son exceptionnelle population de nonagénaires et centenaires en bonne santé. Les causes évoquées : la vie en plein air, l'absence de pollution, la nourriture méditerranéenne, plutôt viande que poisson comme à Okinawa (l'autre zone de centenaires, au Japon) consommée avec frugalité. Et le cannonau local, assurent les vignerons !

Contini pour le nieddera. L'heure est à la finesse, au retour des cépages locaux qui répondent à l'évolution climatique avec une approche moins consummatrice de chimie et de travail au tracteur. L'agritourisme implique le consommateur final en l'invitant à observer, goûter aux produits du territoire et les acheter ; il donne un atout et un financement à une agriculture locale différente.

Pierrick Bourgault

EN PRATIQUE

Pour visiter les villes et les plages, le train sarde est fiable, fréquent, bon marché. Un charme des années 1970 émane de ses vieux wagons aux sièges en skaï. Mais pour sillonner campagne et montagne, une voiture s'impose. Le bateau Nice-Olbia acheminera la vôtre en une quinzaine d'heures. L'essence est chère (1,60 à 1,80 €) mais aucune autoroute n'oppose

PIERRICK BOURGAULT



de péage. Pour louer une voiture, attention aux promotions sur Internet (dès 3 par jour !) qui exigent des assurances-caution à l'arrivée, car votre carte de crédit française se limite au débit.

Herboriste randonneuse

Valentina Allegria connaît par cœur les collines et les montagnes autour de Jerzu, à l'est de la Sardaigne. Elle organise des promenades tous publics (sportifs, retraités, enfants...) pour explorer la flore méditerranéenne : lavande sauvage, lentisque, ciste, genévrier aux baies qui aromatisaient les plats des Anciens et encore aujourd'hui la choucroute. Au printemps, des orchidées. Pour la cave coopérative de Jerzu, elle a guidé des clients américains qui ont cueilli des plantes de la garrigue et ont retrouvé les arômes en dégustant les vins.

Un âne porte les bagages et la collation typique dont le coccoi prena, délicieuse spécialité à base de pâte, pomme de terre et tomme de brebis pecorino. En dessert, pardula avec orange et fromage non salé. En automne, châtaignes grillées, le tout accompagné du cépage local cannonau. Le concept de Valentina : « associer la découverte du vin, du vignoble et de la cuisine, participer aux vendanges, à l'élaboration du fromage ; relier le territoire et ses produits ». Dès 45 €/jour.

Contact : erbaallegria@yahoo.it et www.sardaignenliberte.com

