



Communiqué aux médias  
Zoug, le 19 juillet 2018

## La mûre de ronce - une petite bombe à vitamines



**Les mûres sont d'autant plus délicieuses qu'elles viennent d'être cueillies. Chaque jour, les producteurs de petits fruits suisses cueillent des quantités importantes de mûres d'excellente qualité grâce aux nombreuses heures de soleil de cet été.**

Les mûres de ronce peu caloriques se dégustent le plus souvent crues : Elles sont appréciées entre les repas, au dessert ou avec des céréales et du lait ou du yogurt. Elles se prêtent aussi à la transformation en confiture, jus de fruit ou smoothie. Les mûres à pleine maturité de couleur rouge foncé à noir violacé enchantent le palais avec leur douceur unique. Ce sont de petites bombes à vitamines qui étaient même considérées comme remède dans l'antiquité. Elles sont riches en provitamine A, contiennent de nombreuses vitamines du complexe B et de la vitamine C. La couleur sombre indique un fort taux de colorants végétaux.

En 2017, les cultivateurs suisses ont produit 390 tonnes de mûres de ronce. Les pronostics pour 2018 dépassent 425 tonnes, soit une dizaine de tonnes par jour de cueillette. Ce fruit noir bleuté arrive ainsi quatrième derrière la fraise, la framboise et la groseille à grappe. Les mûres sucrées-acidulées sont cultivées principalement en Suisse orientale et sur le Plateau suisse. Ce ne sont pas des baies, mais des fruits multiples. Chaque grain de mûre est un fruit élémentaire avec son minuscule noyau, inséré avec d'autres grains sur le réceptacle floral en forme de bouchon. Le nom de la mûre dérive du latin « morus » pour mûrier (noir, à soie, etc.) tandis que l'allemand Brombeere dérive de l'ancien allemand « Braomberer » qui signifie littéralement « baie des épines ». On retrouve donc la notion de « mûre de roncier ». Mais on trouve depuis quelques années des variétés inermes.

*Indicateurs de parfaite maturité de la mûre de ronce : Elle est soyeuse et tendre au toucher et visuellement de couleur noire caractéristique. Aussi elle fond sur la langue et développe un bel équilibre de sucres, beaucoup de parfums et un peu d'acidité résiduelle. (Définition selon Matthias Müller, producteur à Steinebrunn TG, [www.sonnenhofbeeren.ch](http://www.sonnenhofbeeren.ch))*



<http://www.swissfruit.ch/fr/Mûre-de-roncier>

Pour en savoir plus :

**Hubert Zufferey, collaborateur technique Marché/Formation**

Téléphone +41 41 728 68 80, e-mail [hubert.zufferey@swissfruit.ch](mailto:hubert.zufferey@swissfruit.ch)

**Beatrice Rüttimann, collaboratrice technique Communication/Marketing**

Téléphone +41 (0)41 728 68 30, e-mail [beatrice.ruettimann@swissfruit.ch](mailto:beatrice.ruettimann@swissfruit.ch)

[www.swissfruit.ch](http://www.swissfruit.ch)

[www.facebook.com/swissfruit](https://www.facebook.com/swissfruit)

La Fruit-Union Suisse (FUS) défend les intérêts du secteur fruitier. L'association nationale de défense professionnelle a pour objectif la mise en place de conditions-cadre favorables pour la production et la transformation. La FUS défend les intérêts des quelque 13 000 acteurs du secteur fruitier face aux autorités, d'autres associations de défense professionnelle et au grand public. Des prestations importantes sont les informations sectorielles, la promotion des ventes de fruits et produits de fruits indigènes, la formation initiale et continue.

**Fruit-Union Suisse**

Baarerstrasse 88, CH-6300 Zug, téléphone +41 41 728 68 68, fax +41 41 728 68 00, [sov@swissfruit.ch](mailto:sov@swissfruit.ch)