

DOSSIER DE PRESSE



# Les charcuteries, beaucoup + que du plaisir...

avec les **rillettes**



# Indémoudables les rillettes

Grand classique du terroir français,  
elles ont ce petit air vintage furieusement branché.

## Un condensé d'arômes suaves au nez et au palais

Aux appétissantes saveurs de viande lentement rissolée se mêlent des effluves parfois doucement caramélisés ou rehaussés de notes poivrées. Le connaisseur hume les arômes des rillettes comme l'œnologue ceux d'un vin : **chaque terroir a sa recette et chaque préparation sa texture** qui offre au palais de subtiles variétés dans l'art de mêler maigres et gras dans un fondant qui distrait allégrement les papilles.

## Une longue alchimie pour une perfection sans faille

Il faut de longues heures de cuisson pour que la viande se confise lentement dans les graisses jusqu'à obtenir cette texture ou le maigre fonde dans la bouche tandis que le gras se parfume de saveurs rôties.

## Une gourmandise express

Que l'on pioche directement dans le pot ou que l'on multiplie l'originalité des présentations froides ou chaudes, un mot s'impose : praticité. **Les rillettes sont les reines des préparations express.**

## Un délice rassembleur

Elles font l'unanimité des petits et grands, elles adorent les brunchs entre amis, les pique-niques, les apéritifs dînatoires...

## Chiffres clés

- **Près de 28 000 tonnes de rillettes** sont produites en France en 2013<sup>(1)</sup>.
- **17 % des Français** âgés de 15-30 ans consomment des rillettes et pâtés 1 fois par semaine<sup>(2)</sup>.
- **57 % des ménages** français ont consommé des rillettes en 2013<sup>(1)</sup>.
- **20 828 tonnes de rillettes** ont été achetées en 2014<sup>(3)</sup>.

<sup>(1)</sup> Source : FICT

<sup>(2)</sup> Source : IPSOS 2011

<sup>(3)</sup> Source : Kantar WorldPanel - FranceAgriMer 2014

## La conservation

Les rillettes doivent être conservées au froid, dans un réfrigérateur. Pour les déguster au mieux, il convient de ne pas dépasser la date limite de consommation et de les consommer rapidement après ouverture.



# La petite histoire...

Le mot *rillettes* vient de loin. Au XI<sup>e</sup> siècle le mot *la reille*, un long bâton plat de bois donne son nom à une préparation spécifique des viandes du cochon. **On pense que le nom vient du fait que l'on utilisait une planchette pour les émincer avant cuisson.** Le mot *rille* désigne d'ailleurs, dès 1480, de longues bandes de lard. C'est à cette époque que le *Grand Ménagier*, ce manuscrit qui est considéré comme le plus grand traité culinaire du Moyen Âge conseille de "faire frire les fèves à la graisse de rihettes".

Dès 1546, dans son *Tiers Livre*, le tourangeaux **Rabelais**, parle de *rilles*. Il s'agit alors de friandises préparées à partir de dés de viande de cochon rissolées et confites dans de la graisse.

C'est un autre tourangeau, **Honoré de Balzac**, qui fait entrer les rillettes dans la littérature. Sous la voix de Félix

de Vandenesse, héros du *Lys dans la Vallée*, il rend hommage à cette spécialité locale : "*Les célèbres rillettes et rillons de Tours formaient l'élément principal du repas que nous faisons au milieu de la journée, entre le déjeuner du matin et le dîner à la maison*". Autres grandes figures, **Émile Zola** en 1873 dans *Le Ventre de Paris* célèbre avec gourmandise "le pot de rillettes".

La notoriété des rillettes de Tours va un peu décliner au début du XX<sup>e</sup> siècle au profit des rillettes de la Sarthe, qui acquièrent leurs lettres de noblesse sous le nom de rillettes du Mans. **Le développement du chemin de fer Paris-Le Mans et en 1906 l'apparition du "circuit de la Sarthe" ancêtre des "24 heures du Mans" va permettre aux fabrications de la Sarthe de "monter" en grande quantité jusqu'à la capitale et de se faire connaître dans tout l'hexagone.**

## Au front, dans les tranchées

La grande guerre va faire des rillettes une gourmandise nationale. Cuites à l'origine en chaudron, conservées dans des poteries de Touraine en terre cuite, les rillettes se font patriotes en se glissant dans des conditionnements de carton qui se glissent dans la musette des poilus. Leur popularité gagne toute la France.

## D'ardents défenseurs

Il existe de nombreuses confréries qui défendent avec passion les savoir-faire et traditions des rillettes :

- La Confrérie des Chevaliers des Rillettes Sarthoises
- La Confrérie des Chevaliers des Rillettes et Rillons de Touraine
- La Confrérie des Rillettes Comtoises

Les  
**charcuteries,**  
beaucoup + que du plaisir...

## La fabrication

Les deux points importants pour réussir les rillettes : **bien les rissoler et les mélanger avec soin.** Les fabricants ont su s'inspirer des traditions pour faire évoluer leur savoir faire.

Les rillettes sont fabriquées à partir de viandes sélectionnées et confites dans leur propre graisse et à température moyenne. **La viande doit être goûteuse et mure** pour bien supporter la longue cuisson des rillettes. Certains fabricants ajoutent uniquement du sel et du poivre à la viande, d'autres utilisent de subtils mélanges d'épices,

d'aromates, de condiments. Du vin et de l'alcool peuvent être incorporés. Après le rissolage, savamment contrôlé, la viande de porc cuit très lentement dans la graisse, de 4 à 6 heures suivant les recettes, jusqu'à la dissociation des fibres.

L'exigence en termes de qualité, le besoin de protéger les recettes traditionnelles et les productions régionales, a mené à un effort de clarification. *Le Code des usages* a fixé des normes précises de fabrication et **aujourd'hui il existe une demande d'enregistrement d'une IGP pour les rillettes de Mans et une IGP pour les rillettes de Tours.**

## À conserver au frais

Le respect de la chaîne du froid de la production jusqu'au point de vente et jusqu'au réfrigérateur à domicile doit être très scrupuleusement suivi. Il convient de respecter les dates limites de consommation (DLC) indiquées sur l'emballage et de consommer rapidement les rillettes après ouverture du pot ou achat à la coupe.



# Les grands classiques

Les rillettes les plus renommées sont bien sûr, les rillettes du Mans et de la Sarthe et les rillettes de Tours. Les puristes disent *la rilette de Tours* et *les rillettes du Mans*. Chacune reflète le caractère de son territoire, chacune a ses ardents défenseurs.

Depuis le Moyen Âge, l'ancienne voie romaine reliant Le Mans à Chartres est parcourue par d'énormes troupeaux de porcs qui transitent des régions d'élevage de l'Ouest pour venir jusqu'à la région parisienne. Plusieurs marchés aux bestiaux jalonnent cette route. L'élevage de porc devient l'une des ressources majeures des petites exploitations locales. Les *rilles*, *risles*, *rihelles* ou *rillauds* jouissent dès le XVIII<sup>e</sup> siècle, d'une certaine renommée.

C'est sous l'impulsion de quelques charcutiers sarthois regroupés autour de Conneré, une bourgade à quelques kilomètres au nord du Mans que débute véritablement l'aventure des fameuses rillettes. La construction du chemin de fer Paris-Le Mans va donner le coup d'envoi de la conquête de la capitale, puis de la France et du monde. Après la première Guerre mondiale, le développement local d'une industrie de la confection des rillettes participera à leur notoriété nationale. **Les rillettes du Mans sont aujourd'hui les plus vendues en France.**

## Les rillettes du Mans



### Douces au regard

Avec leur teint frais à peine rosé, les rillettes du Mans sont une véritable invitation au péché de gourmandise.

### Douces en bouche

Constituées de fibres et de morceaux en forme de cubes, les rillettes offrent une texture souple et onctueuse facile à tartiner. Seuls sels et poivre sont autorisés dans la préparation.

### Une très longue et très lente cuisson

Après la première phase de rissolage, qui peut durer de 45 minutes à 3 heures, la viande est confite à température douce (75 °C) durant 4 à 5 heures. Une fois les viandes cuites, viandes, gras et jus sont séparés, puis la viande est battue tandis que sont réintroduites une partie du jus et de la graisse.



### Elles s'accessoirisent

avec un vin de Loire sec comme un Jasnières ou un rouge léger comme un pinot noir d'Alsace ou un Bourgogne léger comme un Givry, Rully, Montelly...

### Sur le chemin de la reconnaissance

L'Institut National des Appellations d'Origine (INAO) a approuvé, le 16 octobre 2014, le projet de cahier des charges de l'IGP rillettes du Mans. Sa transmission à Bruxelles, auprès de la Commission Européenne, devrait se faire prochainement.

### Elles vont si bien...

#### Aux raffinés

qui les dégusteront avec des huîtres.

#### Aux aventuriers du goût,

qui testeront la coutume sarthoise qui veut qu'on les consomme au petit-déjeuner ou la spécialité locale, les œufs brouillés sarthois ou encore en apéritif innoveront avec les makis de concombre et rillettes au sésame noir.

#### Aux inventives

qui en garnissent des têtes de champignons crus, ou des mini-tomates cerise chauffées dix minutes au four, les glissent entre deux feuilles de brick pour en faire une entrée façon pastilla.



# Les rillettes de Tours

Le Tourangeau Rabelais, en 1546, dans son *Tiers Livre*, et le Poitevin Guillaume Bouchet, dans les *Serées*, l'emploient pour désigner des morceaux de porc cuits que l'on offrait à ses voisins comme une friandise. En 1933, le gastronome et critique culinaire Curnonsky, dans son ouvrage *Les trésors gastronomiques de la France* mentionne : "la charcuterie de Touraine a acquis une renommée universelle et légitime : les rillettes de Tours ont fait le tour du monde". **Les rillettes de Tours disposent d'une protection au niveau européen (IGP - Indication Géographique Protégée).**

## Une robe brune, un goût rissolé

Très souvent l'adjonction d'un vin de Loire exalte leur force de caractère ce qui leur donne une robe brune avec des fibres de viande qui se détachent nettement.

## Une texture ferme en bouche

La viande maigre de porc est coupée en lanières, cuites dans sa graisse à l'évaporée pendant au moins 4 heures, elle subit en cours de cuisson un rissolage vif qui lui donne une couleur brune caractéristique. **Ces rillettes présentent une structure riche en fibres de viande.**

## Elles s'accessoirisent

avec un vin de Loire sec comme un Vouvray ou un rouge léger comme un pinot noir d'Alsace ou un Bourgogne léger.



I ♥ Rillettes!

## Elles vont si bien...

### Aux gourmands

de saveurs franches qui les dégustent tout simplement avec de bonnes tranches de pain de campagne légèrement grillées encore tièdes.

### Aux littéraires

qui improvisent un dîner en confectionnant un parmentier de rillettes.



Les charcuteries,  
beaucoup + que du plaisir...

Une renommée  
qui a conquis  
la France  
entière !



# Les curiosités et innovations

Oie, canard, poulet pour varier les plaisirs.



## Les rillettes de poulet rôti

Savant équilibre entre tradition et modernité, elles rencontrent depuis quelques années un grand succès et séduisent de nouveaux consommateurs. Et pour les fins palais, il y a les "rillettes de poulet rôti" légères et savoureuses avec ses notes fumées qui séduisent les gourmands en quête de nouvelles sensations.



Elles vont si bien...

À celles et ceux qui optent pour des viandes plus légères.

## Les rillettes d'oie

### Délicatement rosées

Les fibres très effilochées apparaissent finement fondues dans un gras beige clair. **La texture est souple, cohérente et se tartine aisément.**

### Des nuances riches

Un arôme de volaille confite très typique, un éventail de saveurs riche en nuances qui se développe dans la bouche, les rillettes d'oie ont une élégance très prisée par les gourmets.

### Elles vont si bien...

#### Aux amoureuses de délicatesse

qui choisissent d'accompagner leurs rillettes d'oie de petits calamars le tout saupoudré de piment d'Espelette et nappé de vinaigre balsamique. À servir chaud.

## Les rillettes de canard

### Un brin d'accent

D'une couleur et d'un goût plus prononcés, **elles conservent plus longuement en bouche leur onctuosité.** Comme leurs cousines, les rillettes d'oie, on glisse parfois un peu d'Armagnac dans leur préparation.

### Elles vont si bien...

#### À tous ceux et celles pour qui "le bonheur est dans le pré"

et qui apprécient cette gourmandise qui a un brin d'accent. Autrefois, dans les Landes, on dégustait les rillettes de canard sur du pain frotté à l'ail.



# Les spécialités régionales

À travers les siècles, de nombreuses régions ont développé leurs recettes de confits de viandes de porc, proches parentes des rillettes.



## Les chichons, graisserons :

spécialités du Sud-Ouest, dénommés "chichons" au Pays Basque et "graisserons" dans les Landes et dans le Béarn, composées de gras et de maigre de porc, d'oie ou de canard hachés cuits dans la graisse qui a servie à cuisiner le confit. L'addition d'ail est fréquente.

**Les fritons :** spécialité du Sud-Ouest, ils sont composés de fragments solides résultant de la fonte des gras (bardière, panne, ratis) ainsi que de tête de porc, rognons et cœurs cuits dans la graisse de porc.

## Les grattons bordelais :

ils sont constitués d'un mélange, en quantité sensiblement égale de gras durs coupés en cubes et revenus doucement pendant plusieurs heures et de morceaux de porc maigre (épaule, longe). Le mélange est cuit en récipient ouvert, puis égoutté.

## Les rillettes comtoises :

ce sont des rillettes préparées à partir de viandes légèrement fumées.

## Les grillons charentais :

ils sont préparés à partir de cubes de viandes de porc et de gras cuits à feux doux. Après cuisson l'excédent de gras est enlevé et les cubes de viandes légèrement écrasés. Comme les grillons du Périgord et de Touraine, ils sont constitués de gros cubes de viande cuits à feu doux puis égouttés. Ils sont souvent aromatisés d'ail, de poivre notamment, mais aussi éventuellement sel de mer de l'île de Ré, noix de muscade, etc., ce qui leur confère une saveur particulière.

Le grillon charentais bénéficie d'une charte de qualité depuis 1998. Il se déguste froid, en entrée (comme une terrine), sur une tartine de pain de campagne, voire en accompagnement d'huîtres de Marennes-Oléron. Il est également consommé traditionnellement le 1<sup>er</sup> mai avec un brin d'aillet.



Pour tous les goûts !



Les charcuteries, beaucoup + que du plaisir...

## Le grillon du Périgord :

*pur porc*, c'est une préparation avec des parures de gorges, gras, panne et poitrine revenus doucement pendant plusieurs heures ainsi que de morceaux de viande préalablement salés et de 10 % de couenne cuite.

*Porc et oie ou porc et canard*, ils ne comportent pas de couenne et 10 % au moins de maigre d'oie ou de canard et 5 % de graisse d'oie ou de canard.

Relevée de nombreux aromates, parmi lesquels le poivre, la muscade râpée, le girofle, la cannelle, l'ail et les échalotes, sa préparation requiert une macération préalable de la viande (gras et maigre de porc) avec un bouquet garni enrichi de céleri et de vert de poireau, afin de renforcer ses arômes.





# Les mentions : comment s'y retrouver ?

Pour des raisons de fabrication et de conservation, les rillettes de volaille utilisent souvent aujourd'hui des viandes moins grasses que l'on fait confire dans un mélange de graisses de volaille et de porc. De la proportion entre chair et gras de volaille dépendent les différentes appellations de ces rillettes.

- L'appellation "**rillettes pur oie ou pur canard**" implique que le maigre et le gras proviennent exclusivement de l'espèce indiquée.
- L'appellation "**rillettes d'oie ou de canard**" est réservée à des produits qui contiennent, au minimum, à la mise en œuvre, 50 % de maigre et 20 % de graisse ou gras de l'espèce animale annoncée.
- **Rillettes de volaille ou de lapin ou de gibier**: ces rillettes doivent elles aussi comporter au minimum à la mise en œuvre 50 % de maigre de l'animal cité, mais les gras peuvent être aussi bien de volaille que de porc.
- Si les rillettes portent la mention "**porc et canard**" le produit contient plus de maigre et gras de porc que de maigre et gras de canard (mais néanmoins au moins 40 % de volaille). Si le mot *canard* vient avant le mot *porc*, c'est alors le canard qui domine dans la composition. ]
- Les rillettes "**au foie d'oie**" ou "**au foie de canard**" doivent contenir au minimum 20 % de foie gras d'oie ou de canard.
- Dans tous les cas la liste des ingrédients renseigne de façon précise sur la composition du produit.





# “Savoir-faire charcutier français”

## Une nouvelle marque pour une qualité distinctive



**Pour valoriser la profession de charcutier-salaisonier et porter au plus haut la qualité et la sécurité des charcuteries**, l'Association pour le Développement du Code des Usages de la Charcuterie de la Salaison et des Conserves de Viandes (A-CDU-SCCV) - réunissant la Confédération Nationale des Charcutiers - Traiteurs (CNCT) et la Fédération Française des Industriels Charcutiers, Traiteurs, Transformateurs de Viandes (FICT) - a décidé de **créer la marque “Savoir-Faire Charcutier Français”**.

Apposée sur les produits de qualité supérieure, de tradition et à l'ancienne, cette marque garantit les meilleures pratiques de la profession.

**Toutes les charcuteries correspondant à la qualité supérieure ou à des spécialités traditionnelles, qui respectent le Code des Usages et certains critères de qualité, pourront en bénéficier.**

Ainsi, ces charcuteries sous la marque “Savoir-Faire Charcutier Français” seront aussi **garanties sans phosphates, sans exhausteurs de goût, sans gélifiant et quant à la saveur fumée, elle devra impérativement être issue d'un fumage naturel. Ces produits respecteront aussi des taux limites en gras et en sel pour les charcuteries concernées par la charte d'engagements nutritionnels (PNNS).**

La création de cette marque va permettre à tous, artisans ou industriels qui en feront la demande, d'apposer dans les entreprises, dans leur documentation, sur les étiquettes de leurs produits, sur les pique-prix, emballages et documents commerciaux, un logo qui distinguera leurs productions.

Les  
**charcuteries,**  
beaucoup + que du plaisir...

### Une marque...

- au service des consommateurs
- pour renforcer la spécificité des produits de qualité
- pour défendre les recettes françaises et le savoir-faire des charcutiers fabricants
- et préserver ainsi la place des charcuteries dans le patrimoine culinaire français et le paysage international.

# Du côté nutrition

Les rillettes s'intègrent parfaitement dans un régime alimentaire varié et équilibré. Alliant plaisir et tradition, elles offrent aussi un profil nutritionnel intéressant par portion.

- Des **lipides** qui sont aux 2/3 insaturés.
- Des **omégas 6** (près d'1/4 de l'apport nutritionnel conseillé pour les adultes est couvert par une portion de 40 g).
- Un apport **raisonnable en sel**.
- Un apport intéressant en **vitamines et minéraux**: une portion de rillettes est riche en vitamine B12 (qui contribue notamment au bon état de la peau et des cellules nerveuses).



## Idées gourmandes

Pour redécouvrir le plaisir de manger des rillettes, apprenons à les consommer autrement, en petite touche. Pensons à les associer avec des crudités: originalité, légèreté et gourmandise garanties ! Rien de tel qu'une fine couche de rillettes pour tartiner des **feuilles d'endive**, qu'une noisette de rillettes pour garnir des **têtes de champignons crus** ou des **tomates cerises** pour un dîner "façon tapas" entre amis ou en famille.

## Les valeurs nutritionnelles par portion

Aliments	Calories (kcal)	Protéines (g)	Lipides (g)	dont saturés (g)	Sodium (g)	Vitamines
Rillettes pur porc par portion (40 g)	194	5,7	15,7	5,3	0,2	riche en B12 (0,305 µg soit 30 % de l'AJR*)
RNJ**	10 %	11 %	22 %	27 %	8 %	

Source: Table de composition nutritionnelle Ciqual 2012

\* AJR: Apport Journalier Conseillé

\*\* Pourcentage des RNJ: Repères Nutritionnels Journaliers pour les adultes en fonction d'un apport énergétique quotidien de 2000 kcal (calories)



**Préparation :** 20 minutes  
**Pas de cuisson**

## Ingrédients

**pour 4 personnes :**

- 300 g de rillettes
- 20 gros radis roses
- 1 grosse carotte
- 1 branche de céleri
- 2 champignons de Paris
- 5 cl d'huile d'olive
- 3 cl de vinaigre de Xérès
- 1 petite baguette de pain au sésame
- sel, poivre du moulin

# La recette

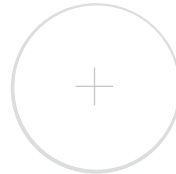
## Tartare de rillettes aux petits légumes croquants

### Préparation

- 1 Lavez les légumes. Épluchez les radis, retirez les fils de la branche de céleri, épluchez la carotte.
- 2 Taillez les radis en petits morceaux, mélangez-les dans un bol avec la moitié de l'huile d'olive, la moitié du vinaigre, du sel et du poivre.
- 3 Taillez le céleri et la carotte en fine julienne, émincez les champignons. Mélangez-les dans un bol avec le reste de l'huile, le reste de vinaigre, du sel et du poivre.
- 4 À l'aide d'un emporte-pièce, montez les tartares en faisant un lit de radis puis déposez une couche de rillettes en tassant avec le dos d'une cuillère. Déposez la julienne de carotte et de céleri, ainsi que les champignons.
- 5 Placez les tartares au réfrigérateur.
- 6 Pendant ce temps, coupez la baguette en fines tranches puis faites-les dorer sous le grill du four. Servez le tartare bien frais avec les croûtons de baguette dorés.

DOSSIER DE PRESSE

# Les charcuteries, beaucoup + que du plaisir...



## avec les rillettes

Droits réservés exclusivement à la presse

**Service de presse - VFC Relations Publiques**  
14 rue Carnot - 92309 Levallois Perret Cedex  
Tél. 01 47 57 67 77 - Fax : 01 47 57 30 03  
Contact : Elodie Lambert - elambert@vfcpr.fr



Recettes, visuels et actualités  
sur [infocharcuteries.fr](http://infocharcuteries.fr)

**Service de presse: VFC Relations Publics**  
14 rue Carnot - 92309 Levallois Perret Cedex - Tél. 01 47 57 67 77 - Fax: 01 47 57 30 03  
Contact: Elodie Lambert - elambert@vfcpr.fr

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.