SUD OUEST
mercredi 16 septembre 2015

Elle se revendique le seul fabriquant artisanal en France. Nurlaili Robert conditionne le tempeh, un aliment à base de soja fermenté, plat typique d'Indonésie.

Nurlaili Robert présente les sachets de tempeh de fabrication 100 % française.© *PHOTO P. L.*

Le tempeh a des saveurs inégalables dont le goût rappelle un mélange de noisette et champignon.

C'est une révolution dans les assiettes. Le tempeh est un aliment à base de soja fermenté. Fabriqué à partir de **graines de soja dépelliculées**, cuites et ensemencées avec un champignon, le Rhizopus oligosporus qui se développe communément sur les fruits, les végétaux et sur le pain.

Personne ne soupçonne vraiment que c'est à Brannens que l'on fabrique ce produit alimentaire d'origine indonésienne. Et pour cause, quand on saura que Nurlaili Robert qui vit en France depuis une dizaine d'années, a souhaité elle-même reproduire cette **recette de fabrication ancestrale** directement importée de son pays d'origine. Le tempeh a des saveurs inégalables dont le goût rappelle un mélange de noisette et champignon.

Aujourd'hui, on est sûr qu'elle est la seule à élaborer cette préparation **de façon artisanale** en France. « Le soja que je transforme est issu de l'**agriculture biologique.** Il provient de la **ferme Berjon** à Blasimon ». La jeune femme n'a pas tardé à intéresser certains **magasins bio** et autres Amap qui ont accepté de le mettre en vente. En montant d'ailleurs sa propre micro-entreprise bio-segar (frais en indonésien), Installée dans une grande maison familiale au lieu-dit Pichon, à Brannens, Nurlaili Robert avec l'aide de son époux ont d'ailleurs aménagé **leur propre laboratoire** dans une ancienne remorque de cirque.

Riche en protéines

« C'est là que nous réceptionnons le **soja dépelliculé**. Les graines sont lavées et bouillies plusieurs fois, avant d'être ensemencées du fameux champignon qui donnera corps à un **pavé de fève de soja**. Le travail de transformation en laboratoire consiste à mettre le produit en fermentation avant son conditionnement sous vide ». Ce qui permet de garantir un produit de fabrication 100 % française. Le tempeh réunit plusieurs avantages. La fermentation maximise sa valeur nutritionnelle. Le tempeh présente un **taux de protéines très élevé**, il est riche en vitamines et permet de réduire le taux de cholestérol. Autant d'éléments qui ont attiré l'attention de la très sérieuse Université de Bordeaux Sciences agro qui a suivi les travaux de l'entreprise Bio-Segar.

Facile à cuisiner

Rapide en préparation, le tempeh à l'apparence d'un pavé mélange de soja et de champignon peut être **grillé au barbecue**, à la plancha, à la poêle, mais peut tout aussi bien être cuit à la vapeur ou au four. Servi comme un plat à part entière, le tempeh peut aussi accompagner une salade composée, être cuisiné en brochette, en taboulé, avec du foie gras, des cèpes ou bien sur une omelette., toutes sortes de viandes et de poissons. Il a également l'avantage de ne pas coûter très cher. Vendu en **sachets de 200 grammes**, on le trouve en magasin autour de quatre euros. Il n'y a plus qu'à se laisser tenter pour le goûter.

Tous renseignements sur www.biosegar.com