LE COING (CYDONIA OBLONGA)

Fiche FNSRPE

© FNSRPE – Tous droits réservés.
Ce document, sa reproduction, sa diffusion ou son utilisation, en totalité ou en partie, sans autorisation préalable de la FNSRPE, est strictement interdite. Toute violation sera poursuivie conformément à la législation en vigueur.

TABLES DES MATIERES

1 Présentation du fruits 3

2 ORIGINE ET HISTOIRE 4

3 AVANTAGES ET INCONVÉNIENTS 5

3.1 AVANTAGES 5
3.2 INCONVÉNIENTS 5

4 CULTURE ET PLANTATION 6

4.1 Variétés recommandées 6
4.2 Plantation 6
4.3 4.3 Entretien 6

5 DISTILLATION 7

5.1 Préparation du moût de coing .(MVT) 7
5.2 La pratique d'une fermentation contrôlée (MVT) 7
5.3 Contrôle de la fermentation 7
5.4 Distillation : 7
5.5 Vieillissement : 8

6 UTILISATION CULINAIRES 9

6.1 Gâteau moelleux au coing 9
6.2 Gâteau au Coing 9
6.3 6.2 Autres Utilisations 9

7 CONCLUSION 10

8 ANNEXES 11

9 REFERENCES 12

© FNSRPE – Tous droits réservés.

1 Présentation du fruits

Le coing est un fruit ancien, souvent sous-estimé, qui offre de nombreuses possibilités en cuisine et en distillation. Avec son goût unique et sa texture, il mérite sa place dans les vergers et les cuisines.

© FNSRPE – Tous droits réservés.

2 ORIGINE ET HISTOIRE

- **Origine géographique** Le coing (Cydonia oblonga) est originaire du Caucase et de Perse (Iran actuel). Cultivé depuis plus de 4000 ans, il était très apprécié des Grecs et des Romains. Son nom scientifique vient de "Cydon", ancienne cité de Crète. Le coing s'est ensuite répandu dans tout le bassin méditerranéen puis en Europe occidentale au Moyen Âge.
  - **Histoire** : Utilisé par les Grecs et Romains, il était souvent associé à la fertilité et à l'amour. Il a été largement cultivé au Moyen Âge pour ses propriétés culinaires et médicinales.

© FNSRPE – Tous droits réservés.

3 AVANTAGES ET INCONVÉNIENTS

3.1 AVANTAGES

- Très riche en pectine (idéal pour confitures et gelées)
- Parfum intense et délicieux une fois cuit
- Excellente conservation (plusieurs mois)
- Arbre résistant et peu exigeant
- Riche en vitamines C et en fibres
- **Bienfaits nutritionnels** : Riche en fibres, en antioxydants et en vitamine C, le coing est bénéfique pour la santé digestive et le système immunitaire.
- **Utilisation en cuisine** : Le coing est polyvalent et peut être utilisé dans des confitures, compotes, gelées et desserts.
-

3.2 INCONVÉNIENTS

- Non comestible cru (chair très dure et astringente)
- Nécessite une longue cuisson
- Production parfois irrégulière
- Fruits lourds qui peuvent casser les branches
- Sensible à la tavelure et au feu bactérien
- **Sensibilité aux maladies** : Le coing peut être sujet à des maladies comme le chancre du coing et les insectes nuisibles comme les cochenilles.
- **Conditions climatiques** : Ne supporte pas le gel intense et nécessite un climat tempéré pour bien pousser.
-

© FNSRPE – Tous droits réservés.

4 CULTURE ET PLANTATION

4.1 Variétés recommandées

'Pineapple', 'Smyrna', et 'Van Deman' sont des variétés populaires pour leur goût et leur résistance

4.2 Plantation

- Automne (octobre-novembre) ou fin d'hiver (février-mars)
- Creuser un trou large et profond, enrichir le sol avec du compost.
- Creuser un trou de 60-80 cm de profondeur. Mélanger la terre avec du compost. Installer l'arbre en veillant à ce que le point de greffe reste au-dessus du sol. Arroser abondamment. Tuteurer si nécessaire. Espacer les arbres de 5 à 6 mètres. Préférer un sol bien drainé et légèrement acide.
- Le cognassier apprécie les sols profonds, frais et riches. Il tolère les terres argileuses et légèrement humides. Éviter les sols calcaires.
- Ensoleillée à mi-ombre, à l'abri des vents forts

4.3 4.3 Entretien

- **Arrosage** : Arrosages réguliers, surtout durant la première année.
- **Taille** : Tailler les branches mortes et celles qui se croisent pour favoriser une bonne circulation de l'air.
- **Gestion des maladies et ravageurs** : Surveiller régulièrement et appliquer des traitements biologiques si nécessaire.
- Arroser régulièrement la première année. Tailler légèrement en fin d'hiver pour aérer le centre. Pailler le pied. Récolte en octobre-novembre quand les fruits sont bien jaunes et parfumés.

© FNSRPE – Tous droits réservés.

5 DISTILLATION

Le coing peut être distillé pour produire une eau-de-vie délicate et parfumée.

5.1 Préparation du moût de coing *.(MVT)*

- Récolter des coings bien murs
- Frotter / brosser pour enlever le duvet qui recouvre les fruits.
- Couper en petits morceaux et enlever le 'cœur dur' si possible les pépins et toute matière 'abimée ou tachée'. Laver et couper les coings en quartiers (conserver les pépins qui apportent des arômes).

Nota : Possible d'utiliser un broyeur à fruits si vous en disposez d'un.

- Mouiller idéalement avec un jus de coing issu préalablement d'un pressage (ou a défaut par du jus de pommes) 20 à 25% à minima.

5.2 La pratique d'une fermentation contrôlée *(MVT)*

- Vérification du taux de sucre au réfractomètre, doit être supérieur à 11, ici mesuré à 12% de taux de sucre
- Vérification du taux d'acidité (PH), entre 2.8 et 3.2, ici mesuré à 3.
- Ajout de levure de fruits et enzymes. Dosage selon les recommandations du fabriquant, (ici 50 g à l'hecto).
- Mélanger
- Fermer hermétiquement le tonneau, MAIS avec bulleur (kit de dégazage) pour laisser échapper le CO2 pour éviter l'explosion du tonneau par surpression.

5.3 Contrôle de la fermentation

- Début de la fermentation 'apparente' du moût de coing et qui va durer environ 18 jours. Dans cette phase, ce sont les levures qui transforment le sucre en alcool avec pour conséquences un dégagement de CO2 et une augmentation naturelle de la température due à l'effet fermentaire. Le bulleur et la bouteille d'eau permettent de maintenir une pression de CO2 entre le couvercle du tonneau et la matière protégeant ainsi le moût de la moisissure et du développement de champignons (par l'absence d'oxygène).
- Le brassage à 3,6 et 9 jours pour bien mélanger et contribuer à la décomposition de la matière sera à réaliser avec soin.
- Point à surveiller : la température qui est à maintenir constante et suffisante pour éviter une fermentation irrégulière. Idéalement entre 15 et 18 °C les levures sont dans leur zone de fonctionnement.

5.4 Distillation :

Utiliser un alambic à double chauffe. La première distillation donne le "petit vin" (25-30°). La seconde permet d'obtenir l'eau-de-vie finale (45-50°). Éliminer soigneusement les têtes et queues de distillation.

© FNSRPE – Tous droits réservés.

5.5 Vieillissement :

Laisser reposer au moins 6 mois en bonbonne de verre pour un meilleur arrondi des saveurs.

© FNSRPE – Tous droits réservés.

6 UTILISATION CULINAIRES

6.1 Gâteau moelleux au coing

- **Ingrédients :** 3 coings, 200g de farine, 150g de sucre, 3 œufs, 100g de beurre, 1 sachet de levure, 1 pincée de sel, cannelle.
- **Préparation :** Éplucher et couper les coings en dés. Les faire compoter 20 min avec 50g de sucre et un peu d'eau. Mélanger les œufs avec le reste du sucre jusqu'à blanchiment. Ajouter le beurre fondu, puis la farine, la levure et le sel. Incorporer délicatement la compotée de coings. Verser dans un moule beurré. Saupoudrer de cannelle. Cuire 40 min à 180°C.
- **Astuce :** Servir tiède avec une boule de glace vanille ou de la crème fraîche.

6.2 Gâteau au Coing

- **Ingrédients** : 300 g de coings, 200 g de sucre, 3 œufs, 250 g de farine, 1 sachet de levure, 100 g de beurre.
- **Préparation** : Mélanger les ingrédients, ajouter les coings coupés en dés, et cuire au four à 180 °C pendant 40 minutes.

6.3 Autres Utilisations

- **Confitures** : Réaliser des confitures de coing, souvent associées à d'autres fruits.
- **Compotes** : Préparer des compotes de coing pour accompagner viandes et desserts.
- **Liqueurs** : Créer des liqueurs à base de coing pour une touche originale.

© FNSRPE – Tous droits réservés.

7 CONCLUSION

Le coing, avec sa richesse en saveurs et ses multiples usages, mérite d'être cultivé et apprécié. Que ce soit en cuisine ou en distillation, il offre une expérience unique.

© FNSRPE – Tous droits réservés.

8 ANNEXES

- **Glossaire** : Termes techniques utilisés dans la culture et la distillation.
- **Ressources et contacts utiles** : Informations sur les pépinières, associations de producteurs et blogs culinaires.

© FNSRPE – Tous droits réservés.

9 REFERENCES

- Livres et articles sur la culture du coing.
- Sites web sur la distillation et la cuisine.

© FNSRPE – Tous droits réservés.