



Kombucha, NATURELLEMENT VIVANT

TEXTES CHLOÉ RICHARD ET PHOTOS JEAN-MARIE HEIDINGER



Cynthia et Pascal, les gérants de O.K Original Kombucha, dans leur atelier à Plonéour-Lanvern (29)

Dans le Finistère, Cynthia et Pascal proposent un kombucha le plus naturel possible. Une boisson millénaire pétillante faite à base de thé fermenté, à la fois bonne en goût et bonne pour la santé. Un breuvage parfait pour se désaltérer et qui pourrait plaire aux adeptes du Dry January.

Là, dans cette pièce chauffée à minima à 20 degrés, sous une toile de tissu blanc attachée à l'aide d'un élastique, aussi large que la cuve d'1 m 50 de diamètre qu'elle occupe, une mère pas comme les autres attend d'être nourrie. Épaisse comme 3 livres de cuisine et aussi visqueuse qu'une algue, d'ici quelques heures, cette étonnante matriarche va se retrouver noyée dans une centaine de litres de thé infusé : voici la mère de kombucha.

« Hier nous sommes allés dans les monts d'Arrée chercher de l'eau de source », précise Cynthia Person, cogérante de O.K Original Kombucha, entreprise qui produit du kombucha, et basée à Plonéour-Lanvern (Finistère). Dans la pièce juste à côté, Pascal, son conjoint et associé, verse des pochons de thé de la taille d'un oreiller dans un ancien tank à lait où la fameuse eau de source monte en température depuis la veille. Une dose – secrète – de sucre va bientôt être ajoutée.

Origines obscures

Ici, à Plonéour-Lanvern, le couple a à cœur de proposer un kombucha « comme à la maison », soit le plus naturel possible. Après avoir versé le thé dans les cuves contenant les mères, le liquide va fermenter pendant 3 à 4 semaines selon la météo. « En goûtant, on sait si on peut passer à l'étape suivante », précise Cynthia. →

ARTISAN DU GOÛT



1

1 – Cynthia a travaillé dans l'armée et Pascal dans la banque avant de se reconverter.

2 – Aperçu d'une des gigantesques mères de kombucha.

3 – Le thé vert, l'un des ingrédients de base du kombucha.



2

Fait à partir de thé sucré fermenté, le kombucha est une boisson millénaire. Les mères, aussi appelées Scoby (Symbiotic culture of bacteria and yeast) ne sont autre qu'une symbiose précise de levures et bactéries. « *On ne sait pas trop comment est apparu le kombucha* », rappelle le couple. D'après les recherches

de l'historienne de l'alimentation Marie-Claire Frédéric, autrice de l'ouvrage sur l'histoire de la fermentation *Ni Cru Ni Cuit*, le kombucha aurait vu le jour par accident. Du thé aurait été laissé à l'abandon au fond d'une tasse dans une atmosphère bien précise en Mongolie, il y a quelques milliers d'années. Les mères qui existent aujourd'hui sont les descendantes de cet « accident ».

« *Le fait de ne pas être sûr des origines du kombucha apporte une couche de mystère au produit, je trouve cela assez chouette* », complète la passionnée de fermentation, également ex-militaire qui a quitté l'armée en 2017 pour se lancer dans la production de kombucha. « *Une fois devenue maman, j'avais envie de changer de vie, je ne voulais plus faire d'opérations extérieures. Le kombucha, c'est une histoire de famille pour moi. Mon père en a toujours fait à la maison* ». En 2022, Pascal, jusqu'alors dans la banque, rejoint Cynthia dans l'aventure.

Aromatisation locale

Après avoir macéré plusieurs semaines, le thé est ensuite mis en bouteille. C'est ce qu'on appelle la deuxième fermentation, celle où le



3

“

**Le fait de ne pas être sûr
des origines du kombucha
apporte une couche
de mystère au produit. ”**

kombucha se met à naturellement pétiller et où du gingembre, un zeste de citron, des pétales de rose ou bien encore de la menthe issus de la serre de Cynthia et Pascal, ou bien de celles de paysans du coin, sont ajoutés pour aromatiser le kombucha. « *Cette étape représente beaucoup de main-d'œuvre* », fait savoir Cynthia. Chaque mois, ce sont plus de 4 000 bouteilles qui sont préparées. Une fois les bulles obtenues, la boisson est mise au frais, prête à être vendue.

« *Il y a 9 ans quand j'ai commencé, je passais beaucoup de temps à décrire mon produit. Les gens ne connaissaient pas* », raconte la gérante. Depuis, le public a été conquis par cette boisson non alcoolisée – le sucre a été consommé pendant la fermentation – riche en goût et en probiotiques. Une boisson vivante qui peut se boire n'importe quand, après les fêtes pour se requinquer, ou bien encore l'été à l'heure de l'apéro. Sans modération. ♦



4 – Du kombucha aromatisé avec la menthe du jardin de Cynthia et Pascal.

5 – C'est avec de l'eau minérale venant directement des monts d'Arrée que le kombucha est préparé.

6-7 – Zestes de citrons et gingembre viennent aromatiser certaines bouteilles.

8-9 – Fait avec du thé, le kombucha a un goût qui rappelle quelque peu un cidre léger et sec.