# Le riz

## Une céréale qui a conquis les 5 continents

Comme le blé, le riz est cultivé depuis des temps immémoriaux. Quoiqu’elle exige des soins particuliers, cette plante aux origines mystérieuses a conquis les cinq continents. Aujourd’hui, on trouve près de 2 000 variétés de riz aux grains de formes et de couleurs diverses.

Les premiers endroits où on a cultivé le riz sont l’Inde, l’Indochine et le Sud de la Chine. Aujourd’hui, on en fait également la culture dans les régions chaudes de l’Europe, de l’Afrique et de l’Amérique. Cette céréale est, pour certains pays de l’Asie et du Moyen-Orient, la principale source de revenus, comme le pétrole l’est pour les contrées du Proche-Orient.

## Une ressource essentielle

Le riz est une céréale annuelle, de la famille des graminées, qui pousse dans les régions chaudes et très ensoleillées. Il constitue la nourriture de base de près du tiers de la population mondiale, et, comme le blé, il entre dans la fabrication de nombreux produits tels que les pâtes alimentaires, l’alcool, l’huile, l’amidon et la nourriture pour animaux.

Le végétal qui produit les grains de riz atteint généralement 1 m (3 pi 3 po) de hauteur. Il présente des fleurs parfaites comportant chacune six étamines et un pistil. Le fruit, un grain, se trouve sur un panicule incliné composé d’épillets, au somment de la tige. Lorsque les grains sont mûrs, le riz ressemble à de l’avoine. L’endosperme, blanc, est enfermé dans une pellicule de son, elle-même entourée d’une enveloppe brune.

# Une culture en milieu aquatique

Au fil des siècles, la culture du riz s’est largement mécanisée. Aujourd’hui, dans les pays occidentaux, l’ensemencement se fait par avion, la récolte est assurée par des moissonneuses et le grain est préparé à l’aide de procédés automatisés. Pourtant, dans de nombreux pays en voie de développement, le riz est encore cultivé selon les anciennes méthodes et à l’aide d’archaïques outils de travail.

La culture du riz, qui nécessite beaucoup de soleil, peut se pratiquer sur une large gamme de sols. Ce grain a besoin de grandes quantités d’eau, à l’exception de quelques variétés, comme le riz de plateaux et celui des montagnes, qu ne requièrent pas d’irrigation. Cette céréale doit être cultivée dans des rizières irriguées par l’homme, ou encore, dans des régions très pluvieuses où elle bénéficiera d’au moins 1 500 millimètres d’eau au cours de sa croissance. Les rizières, ou plantations de riz, sont constituées de vastes étendues plates qui se sont formées naturellement ou qui ont été aménagées par les êtres humains.

Après l’étape de l’ensemencement, on inonde graduellement les champs, au fur et à mesure que les plants prennent de la maturité. On laisse le niveau d’eau élevé jusqu’à la récolte, qui se fait à la fin septembre et à la mi-novembre.

# Le riz sous toutes ses formes

Après la récolte, le riz brut (qu’on appelle *paddy*) est nettoyé et décortiqué. On obtient alors un riz brun (le riz cargo), qui est séché, puis nettoyé à nouveau, avant d’être emballé. Pour obtenir du riz blanc, on broie les couches superficielles du grain pour en éliminer le son. Le riz blanc doit être manipulé avec le plus grand soin si on veut éviter qu’il ne soit abîmé.

Finalement les grains sont glacés avec du glucose et du talc afin d’améliorer leur apparence.

Le riz est généralement consommé blanc, débarrassé de sa pellicule de son. Toutefois, sous cette forme, il est dépourvu de vitamines B et E. Un régime alimentaire ne comportant pour tout riz que ce produit raffiné peut être à l’origine de carences vitaminiques et certaines maladies. Pour remédier à ces lacunes, le riz est de plus en plus consommé avec sa pellicule de son, riche en vitamines B, E et K. Dans certains pays d’Afrique, on passe le grain entier à l’étuve, ce qui donne un riz jaune très particulier, riche en vitamines. Le riz glacé est composé à 90% d’amidon et à 7% de protéines. On y trouve en outre de l’iode, du fer, du magnésium et du phosphore en petites quantités.

## Les ennemis du riz

Parmi les ravageurs du riz, on trouve des rongeurs, des oiseaux, des mollusques et insectes. L’emploi excessif d’insecticides a provoqué, plutôt qu’une disparition, une recrudescence des insectes, qu’il faut maintenant apprendre à combattre à l’aide de nouvelles méthodes. Les maladies les plus destructrices, notamment en Asie tropicale, sont dues aux champignons et aux bactéries qui entraînent la flétrissure des feuilles.

Parce que le riz cultivé est sujet aux maladies, on effectue aujourd’hui des recherches dont le but est de parvenir à la création de plants qui résisteront aux maladies et aux parasites, comme le font la plupart des variétés de riz indigène non comestibles. À la fin des années 1960, on a obtenu une nouvelle sorte de riz, le riz trapu, en croissant des essences naines taïwanaises avec des variétés à haut rendement, résistantes aux maladies. Le riz trapu est robuste et produit beaucoup de grains. Il ne ploie pas quand il est mûr, ne pourrit pas quand il est immergé et n’est pas sujet aux attaques de rongeurs. Enfin, il supporte mieux que les autres les aléas du climat.

Note : Ce texte est un extrait du magazine *7 jours* qui autorise les établissements d’enseignement à utiliser les articles à des fins éducatives.