Zeitschrift: Revue suisse : la revue des Suisses de l'étranger
Herausgeber: Organisation des Suisses de l'étranger
Band: 50 (2023)
Heft: 3

Artikel: Un léger parfum de révolution dans les assiettes suisses
Autor: Lachat, Denise
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1051963

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 16.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Un léger parfum de révolution dans les assiettes suisses

Saumon au fromage frais sur pain grillé? Ne nous fions pas aux apparences. Ce «saumon» est un succédané végane à base de carottes, et le «fromage» est fabriqué avec des amandes. Photo Keystone

Les Suisses sont en train de modifier fortement leurs habitudes en matière d'achats et de cuisine. Leur intérêt pour la protection du climat joue un rôle dans cette évolution. Les protéines végétales s'invitent de plus en plus souvent dans leurs assiettes. Mais, de manière générale, la viande reste très appréciée.

DENISE LACHAT

Pour son dix-heures, Luc mange une brochette de fruits. En cas de petit creux dans la journée, il croque des légumes crus trempés dans des sauces, et son repas principal se compose d'une salade de pâtes aux tomates cherry et halloumi. Son dessert? Une verrine composée de séré, yogourt, baies et granola. Le père de Luc, qui accompagne son fils de neuf ans au cours de cuisine, avoue dans un clin d'œil qu'il aurait choisi un autre menu: «Mais cela m'amuse beaucoup». Le cours proposé par l'école primaire de Berne a pour but d'encourager les enfants à cuisiner. Car les enfants qui peuvent et savent cuisiner ont une alimentation bien plus diversifiée et équilibrée. Ils sont aussi plus ouverts lorsqu'il s'agit de goûter de nouveaux plats.

Changement de décor. Dans l'entreprise Planted Foods SA, au cœur du Kemptthal, la découverte du procédé de fabrication rappelle aussi le temps de l'école, mais plutôt les cours de physique-chimie. Une farine à base de pois, de tournesol et d'avoine est introduite dans une grosse machine, mélangée à de l'eau et de l'huile de colza, pétrie, chauffée et pressée. Le résultat est une plaque de pâte, qui peut être découpée dans n'importe quelle forme selon que l'on souhaite imiter un blanc de poulet, un émincé ou un kebab. Cette usine de l'Oberland zurichois produit un aliment végétal rappelant la viande dans des locaux aux allures de laboratoire, où l'on porte blouse blanche et charlotte de protection. Pas une goutte de sang animal n'est utilisée ici, ce qui correspond exactement à la philosophie de Planted Foods. «Chaque poulet compte» constitue l'un des slogans de l'entreprise, qui affirme avoir déjà sauvé plus d'un million de poulets de l'abattoir. Planted Foods se soucie aussi de la protection de l'environnement, l'industrie traditionnelle de la viande étant, selon elle, l'une des principales responsables de la crise climatique.

Une alimentation nouvelle pour un animal d'habitudes

Davantage de légumes et de céréales dans les assiettes, donc, et moins de viande. Mais pourquoi «reconstruire» de la viande à base de végétaux? Pourquoi ces immenses efforts technologiques pour donner à la protéine végétale, globulaire, une forme longue semblable aux fibres musculaires? Pourquoi faire fermenter cette pâte en y ajoutant des microbes comme des champignons et des bactéries? Et, enfin, pourquoi user d'un procédé sophistiqué pour fabriquer des morceaux plus gros, plus complexes, plus juteux et plus tendres, et leur ajouter des micronutriments tels que la vitamine B12? À ces questions souvent posées, Planted Foods a une réponse bien rodée: «L'être humain est un animal d'habitudes. Pour préserver la planète, notre alimentation doit changer. Et cela marche mieux avec un produit qui ressemble à la viande, car il s'intègre mieux dans nos habitudes alimentaires préexistantes.»

Des alternatives dans la grande distribution

Cela semble correspondre à un besoin des consommateurs. Depuis 1997 déjà, Migros propose des aliments de substitution à base de Quorn, un produit fabriqué avec des champignons comestibles fermentés, et sa marque «Cornatur» a été la première en son genre. La porte-parole du géant orange, Carmen Hefti, indique que les succédanés de viande et autres produits innovants connaissent depuis peu une forte croissance. Aujourd'hui, Migros possède plus de 1000 articles véganes dans son assortiment. Ceux qui marchent le mieux sont, selon la porte-parole, les ersatz de viande et de lait. Autrefois produits de niche, ils séduisent à présent le grand public. Le grand distributeur Coop propose lui aussi depuis 2006 un assortiment complet de substituts de

À la recherche de solutions viables pour l'avenir

Près de dix milliards d'êtres humains peupleront la terre en 2050. Pour pouvoir tous les nourrir sans mettre en péril notre environnement, la production et nos habitudes alimentaires doivent radicalement changer: nous devrons consommer moins de viande, d'œufs et de sucre, et davantage de légumes et de fruits à coques. À côté des autorités, diverses organisations non-gouvernementales travaillent à cet objectif en Suisse. L'association Fourchette verte Ama Terra, par exemple, qui distingue des entreprises de restauration collective avec son label pour la qualité et la santé, est présente dans 17 cantons. L'objectif est d'encourager la réduction de la consommation de viande et de poisson, l'achat de produits écologiques et respectueux des animaux et la fin du gaspillage alimentaire. Des outils tels qu'«Eaternity», qui calcule le bilan CO_2 des menus dans les cafétérias, ou «Beelong», qui attribue une note de A à G aux produits alimentaires, aident eux aussi les cuisiniers des EMS, des hôpitaux, des crèches et des cantines à favoriser une alimentation responsable. (DLA)

De bons exemples d'alimentation responsable pour les cantons et les communes: revue.link/menu

Des poules dans un élevage à Gundetswil (ZH), qui détient 18 000 animaux. En ce moment, le poulet est très à la mode dans les cuisines suisses. Photo Keystone

viande, notamment sous sa marque Délicorn. Les premiers produits à être commercialisés ont été des saucisses à rôtir et des escalopes à base végétale. Coop propose actuellement plus de 2000 produits végétariens, dont plus de 1800 sont véganes, indique Caspar Frey, porte-parole de l'enseigne. On compte parmi eux plus d'une centaine de succédanés véganes de viande et de poisson, plus de 50 substituts du lait, 40 yogourts véganes, 20 ersatz de beurre et une vingtaine de fromages véganes. Les laits véganes ont aussi du succès chez Migros, qui vend du lait de soja depuis 2010, et désormais aussi du lait d'avoine, de riz, d'amande, de quinoa, de pois chiche, de coco et de noisette. Selon Carmen Hefti, les substituts de lait de vache ont enregistré un taux de croissance à deux chiffres ces dernières années. Migros ne communique cependant pas de chiffres précis sur ses ventes. Idem pour Coop, qui se contente d'indiquer que la part des produits laitiers véganes a augmenté de 18 % en quatre ans. Caspar Frey: «Aujourd'hui, plus d'un lait sur sept acheté à la Coop est un produit végane.»

Pour la protection du climat

Les Suisses se détournent-ils des protéines animales? Mangent-ils davantage de fruits et de légumes et, surtout, de protéines végétales? Lorsqu'on se penche sur les chiffres, la réponse est: oui et non. D'après l'«Étude sur l'alimentation végane en Suisse», publiée par Coop en janvier dernier, 63 % des Suisses renoncent aujourd'hui plusieurs fois par mois à consommer des aliments d'origine animale. C'est plus de 20 % de plus qu'il y a dix ans. Le premier rapport suisse sur les succédanés de viande de l'Office fédéral de l'agriculture (OFAG), qui analyse

Exemple d'une nouvelle tendance qui rencontre un bel écho: du «poulet» végétal à base de protéines de pois. Photo Planted Foods

Les «laits» végétaux sont aujourd'hui monnaie courante dans les rayons des grands distributeurs. Photo Keystone

Deux initiatives populaires visent la production alimentaire

La Suisse est-elle à la veille d'un débat fondamental sur la production alimentaire? Deux initiatives populaires en préparation entendent approvisionner le pays avec davantage d'aliments suisses, tout en ayant des idées radicalement différentes sur la manière de changer la politique agricole. La première exige que les agriculteurs suisses cultivent moins de fourrage pour les animaux, mais plus de produits végétaux pour les êtres humains, tandis que la seconde veut réduire les surfaces écologiques pour intensifier la production de fourrage et d'aliments. (DLA)

l'évolution du commerce de détail suisse entre 2016 et 2020, note lui aussi une forte croissance. En 2020, le commerce de détail suisse a réalisé un chiffre d'affaires de 117 millions de francs grâce aux succédanés de viande, contre 60 millions de francs en 2016. Cela représente presque le double, avec un taux de croissance annuel moyen de 18,4 %. D'après le rapport, les taux de croissance les plus élevés ont été enregistrés par les produits analogues à la viande, c'est-à-dire ceux qui ont l'apparence et le goût de la viande.

Ce changement des habitudes de consommation est attribué à une mutation des valeurs. Dans le monde industrialisé occidental, le seul besoin de satiété a perdu en importance face aux besoins de santé, de plaisir et d'un mode de vie qui préserve les ressources naturelles, relève le rapport. En 2019, une étude de l'institut Gottlieb Duttweiler sur les tendances alimentaires européennes, à laquelle ont participé 39 experts d'Europe, d'Amérique du Nord et d'Asie, établissait déjà le constat suivant: «De plus en plus d'individus prennent conscience de l'impact de nos habitudes de consommation et d'alimentation sur l'environnement, le climat et le bien-être animal». D'après l'étude de Coop, en Suisse, la protection de l'environnement est aujourd'hui la première raison déclarée du renoncement à la viande, et ce par tous les types de consommateurs, des flexitariens aux véganes. Et plus les personnes interrogées sont jeunes, plus cette raison est invoquée fréquemment.

Un peuple de carnivores

Malgré des taux de croissance impressionnants, les succédanés de viande restent un marché de niche. Selon les statistiques de Proviande, interprofession suisse de la filière

Découpe d'un veau dans la boucherie Angst à Zurich. Malgré les nouveaux produits de substitution, la consommation de viande reste importante en Suisse. Photo Keystone

viande, ils représentaient au maximum 3,4 % du marché en 2021. En effet, la consommation de viande ne décroît pas en Suisse. D'après les chiffres de Proviande, elle s'élève à près de 50 kg par personne depuis le milieu des années 1990 (50,91 kg en 2020, 51,82 kg en 2021), et si les Suisses mangent moins de bœuf, ils consomment davantage de poulet. Chez Coop non plus, on ne note aucune baisse de la demande en viande, pas même en janvier, mois qui se veut volontiers végétarien sous l'étiquette «Veganuary».

Le porte-parole de Coop relève que les succédanés de viande s'adressent à toutes les personnes végétariennes ou véganes, mais aussi aux flexitariens et aux «substitariens» ainsi qu'à tous ceux qui s'intéressent aux nouvelles tendances ou souhaitent varier leur alimentation, et qu'on ne peut pas établir de comparaison directe entre les assortiments. Pour la porte-parole de Proviande, Gioia Porlezza, ce sont surtout les végétariens qui sont friands de succédanés. Et elle souligne que les ersatz et la viande ne s'excluent pas mutuellement: «Il est tout à fait possible de consommer les deux et de varier ainsi ses sources de protéines.»

Quoiqu'il en soit, la zone de tension entre aliments «naturels» et produits high-tech durables s'est élargie. Les experts concèdent que la production alimentaire porte de plus en plus l'empreinte de la science.

Alimentation et cuisine durables

L'alimentation durable est une cause que le gouvernement national suisse promeut par des stratégies et des lois. De plus en plus souvent, des villes et des communes montrent l'exemple en instaurant des concepts d'alimentation durable dans les écoles, les homes et les établissements publics (voir encadré). Un vent nouveau souffle aussi sur les cours de cuisine dispensés à l'école; en Suisse alémanique, le célèbre livre de cuisine scolaire «Tiptopf» a été remis au goût du jour. Dans son édition de mars 2023, près de la moitié des recettes sont nouvelles, notamment celle de la bolognaise aux lentilles ou de l'émincé de tofu. Anita Stettler, responsable du marketing de Schulverlag plus SA: «Cette dernière édition contient plus de plats végétariens et véganes que les précédentes. Et, en 2019, en collaboration avec le restaurant végétarien Hiltl, nous avons mis au point une version entièrement végétarienne et végane de l'ouvrage, intitulée ‹Greentopf›».

Les cantines ont un fort impact sur le comportement alimentaire, car elles peuvent renforcer les nouvelles tendances – ou les freiner. Photo Shutterstock

Des produits «sauvés» lors d'une action de partage alimentaire: la lutte contre le gaspillage gagne en importance en Suisse. Photo Keystone

Pas de révolution, mais de nettes tendances

Peut-on parler d›une révolution dans les assiettes suisses? Andrew Gordon note plutôt une tendance. Il dirige l'entreprise Eldora SA, qui gère des restaurants et livre des plats aux entreprises privées, mais aussi aux écoles, aux crèches, aux hôpitaux et aux EMS. Eldora propose désormais tous les jours un menu végétarien. En Suisse romande, où l'entreprise a son siège, la demande végétarienne s'élève à près de 10 %, et même un peu plus en Suisse alémanique. Les établissements publics sont les premiers à exiger des menus sans viande. Dans les écoles et les crèches, un menu végétarien doit être servi au moins une fois par semaine. Et les produits régionaux sont de plus en plus demandés. Hélas, les clients ne sont pas prêts à dépenser davantage: «Cela exerce une pression sur les marges d'Eldora.» C'est que l'être humain est plein de contradictions, souligne aussi l'étude de l'institut Gottlieb Duttweiler: «Il veut le beurre et l'argent du beurre, consommer mondial et local à la fois».

Rapport «Plant based food report» de Coop: revue.link/foodreport

Rapport suisse sur les succédanés de la viande (OFAG): revue.link/succedanes

Étude de l'institut Gottlieb Duttweiler sur les tendances alimentaires (en allemand et anglais): revue.link/trends