



# VIANDE ET TRAITEURS

JOURNAL SUISSE DES BOUCHERS-CHARCUTIERS

## FLEISCH UND FEINKOST

SCHWEIZERISCHE METZGERZEITUNG

## CARNE E COMMESTIBILI

GIORNALE SVIZZERO DEI MACELLAI

ORGAN E OFFICIEL DE L'UNION PROFESSIONNELLE SUISSE DE LA VIANDE

### Lanterne rouge

Pendant cette année, la consommation de viande en Suisse a enregistré une évolution positive. Au cours du premier semestre, les chiffres de la consommation ont enregistré une belle croissance, aussi bien dans les ménages privés que collectifs. Dans ses quatre murs, la famille suisse s'est tournée nettement plus souvent vers la viande de porc, sans doute en raison des prix. A la maison et au restaurant, il semble que l'on ait consommé nettement plus de viande de bœuf. Si une baisse persistante ne vient pas encore s'installer, l'année 2006 devrait ainsi être une année réjouissante pour l'économie carnée, du moins en ce qui concerne les quantités vendues. Entre-temps on dispose également des chiffres globaux de la consommation pour les 15 «anciens» pays de l'UE pour l'exercice 2005.

Certes, on connaît les difficultés des statistiques. Le poids mort, qui représente une dimension fiable, ne correspond pas à la quantité qui a effectivement été mangée. De même que la statistique de la consommation en Suisse se réfère au poids de la viande prête à la vente qui passe par le comptoir du boucher, la statistique européenne n'inclut pas les os, les tendons, les couennes ni autres morceaux similaires dans le terme de viande «consommée». Ainsi donc, en raison des méthodes utilisées, les chiffres devraient permettre une comparaison, à condition de ne pas vouloir comparer au gramme près, et d'excepter la consommation de poisson des deux côtés.

La consommation moyenne par habitant représente 65 kilos dans toute l'UE, au lieu de seulement 52 en Suisse. On savait déjà que la consommation était comparative-ment modeste en Suisse. Ce qui est nouveau par contre c'est que nous sommes tombés nettement en dessous de la Finlande et de la Suède, jusqu'ici les mangeurs de viande les plus modestes. Or ces pays annoncent actuellement une consommation de 54 kilos par personne et par année. Certes, en ce qui concerne la consommation de viande de bœuf nous atteignons une bonne moyenne européenne. Mais pourquoi nos voisins directs mangent-ils jusqu'à 20% – et dans le cas de la France même un bon tiers – de plus de viande que nous autres Suisses? Certainement, la qualité est déterminante, de même que le bénéfice qui reste en fin de compte au chef d'entreprise. Mais cela ne doit pas nous empêcher de réfléchir à la raison pour laquelle nous portons, sur le plan de la quantité, la lanterne rouge. Balz Horber (Lz)



Le 26 novembre, le peuple suisse sera de nouveau appelé aux urnes. Cette fois-ci c'est la loi fédérale sur les allocations familiales qui fera l'objet des débats, un luxe qu'il faut absolument éviter en votant non. Ce qui ne veut naturellement pas dire pour autant que l'on soit contre les enfants ou contre les familles, comme on le reproche parfois aux défenseurs du non.

### La viande et l'alimentation

## La graisse dans la jungle des recommandations alimentaires

**La graisse alimentaire joue un rôle important dans l'alimentation humaine, les graisses étant indispensables à un corps sain. Et pourtant, il n'existe pas d'autre nutriment qui doive tant lutter contre les préjugés.**

La graisse fait grossir, on la rend responsable de l'artériosclérose et des infarctus, peut-être même du cancer et du diabète de type 2. Qui n'a jamais lu de tels titres exprimés – sous cette forme ou une autre – dans grand nombre de revues? Les loosers dans cette affaire, ce ne sont pas seulement les graisses, mais aussi les denrées d'origine animale, car la viande et les produits carnés sont souvent accusés de

contenir (trop) de graisse. En Suisse, la viande et les produits carnés ne contribuent pourtant qu'à 15% à l'apport en graisse (18,4 g d'une consommation totale de 122 g par personne et par jour, selon le 5<sup>e</sup> Rapport suisse sur l'alimentation). Ils occupent donc la 3<sup>e</sup> place après les huiles/grasses et le lait/produits laitiers. Notons qu'il ne s'agit là que de chiffres tirés du commerce de la viande; la consommation

effective est probablement plus basse. A cela s'ajoute que la graisse visible est le plus souvent enlevée avant la consommation et que la cuisson peut encore réduire la teneur en graisse, comme l'a montré une étude effectuée par l'EPFZ. Si l'on jette un coup d'œil chez nos voisins européens, on s'aperçoit que la contribution de la viande et des produits carnés à la consommation totale varie selon la tradition culinaire. C'est en Grèce que cette proportion est la plus basse: chez les femmes elle est en moyenne de seulement 9% et chez les hommes de 11%. A Grenade (Espagne) se trouvent les valeurs moyennes les plus élevées, elles s'élèvent à

24% chez les femmes et à 30% chez les hommes. Avec une proportion de 15%, la Suisse se situe dans la moyenne européenne.

### Viande grasse?

Dans la viande, la graisse se présente sous la forme de tissus adipeux. À côté de la graisse de couverture (graisse sous-cutanée) et de la graisse des abats, on la trouve sous la forme de graisse de dépôt entre les muscles (intermusculaire) et de marbrure à l'intérieur du muscle (intramusculaire). Prétendre que la viande et les produits carnés sont riches en graisse n'est pas toujours vrai. Grâce à des mesures en matière d'élevage (modifications du régime alimentaire et des conditions de détention), à l'abaissement de l'âge d'abattage et à une découpe des morceaux de viande avec moins de graisse, il a été possible de réduire le teneur en graisse et d'augmenter la proportion de muscles. À l'instar de nombreuses denrées alimentaires, on trouve aussi bien des morceaux riches en graisse que des morceaux pauvres en graisse (fig. 1) et du point de vue de la teneur en graisse, comparé à d'autres denrées, la viande et les produits carnés ne sont pas en si «mauvaise posture» (fig. 2), comme on a toujours voulu le faire croire.

### La graisse rend-elle gros et malade?

Une grande partie de la population suisse est d'avis que la graisse fait grossir. Les scientifiques quant à eux ont des avis partagés à ce sujet. Alors qu'autrefois, une alimentation pauvre en graisse était synonyme d'alimentation saine, aujourd'hui ce sont les hydrates de carbone que l'on stigmatise. On omet souvent dans la discussion à ce sujet de dire que cela ne joue aucun rôle – dans le cas d'un bilan énergétique équilibré – que l'énergie vienne de la graisse ou des hydrates de carbone. Cependant, la graisse fournissant le double d'énergie par rapport aux hydrates de carbone (38,9 kJ/g contre 17,2 kJ/g), on limitera plus fortement l'apport d'énergie en pratiquant un régime pauvre en graisse. On peut donc perdre du poids de façon saine tant avec un régime «low-fat» (→ pauvre en graisse) qu'avec un régime «low-carb» (→ pauvre en hydrates de carbone), à condition que celui-ci mette l'accent sur la diversité des aliments. Le choix que l'on fait devrait dépendre de ses penchants alimentaires, en d'autres termes: êtes-vous plutôt viande ou plutôt pâtes? Car ce n'est qu'en tenant compte de ses préférences que l'on pratiquera le régime choisi le plus longtemps possible, condition sine qua non pour obtenir un bon résultat. Vu qu'il existe des produits avec différentes teneurs en graisse aussi bien dans la viande fraîche que parmi les produits carnés, on trouvera toujours un produit qui

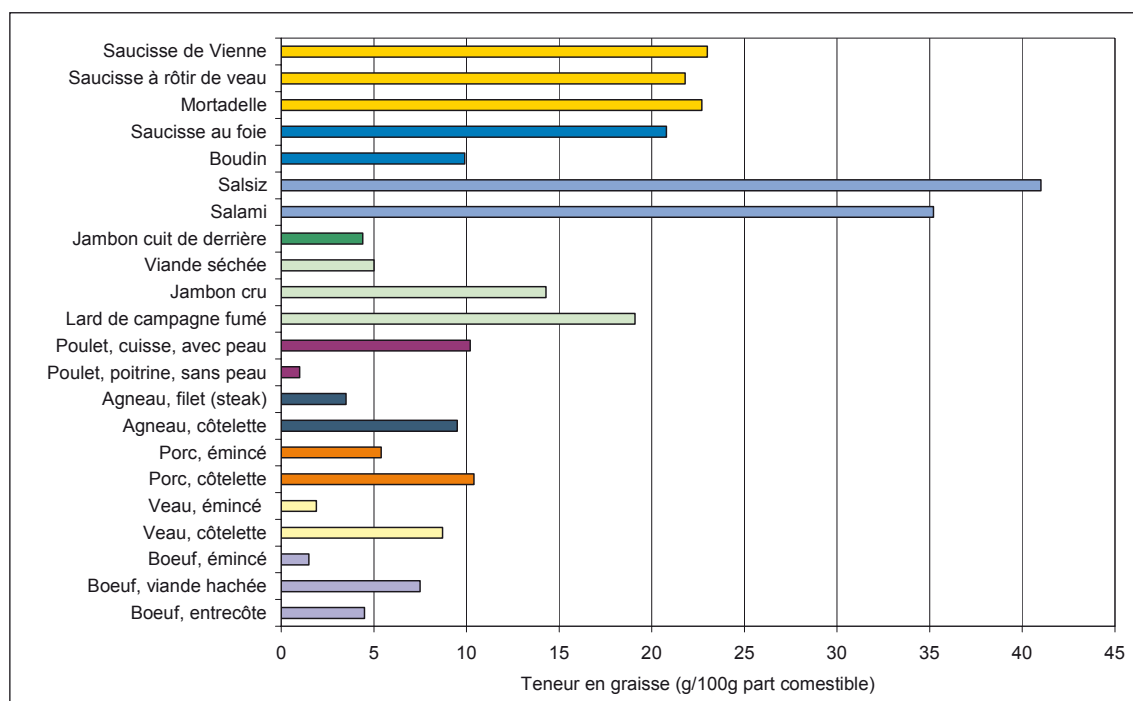


Fig. 1: Teneur en graisse de morceaux de viande fraîche et de produits carnés sélectionnés. (Sources: Tableau suisse des valeurs nutritives, tableau des valeurs nutritives pour la viande et les produits carnés [Proviande 2006])

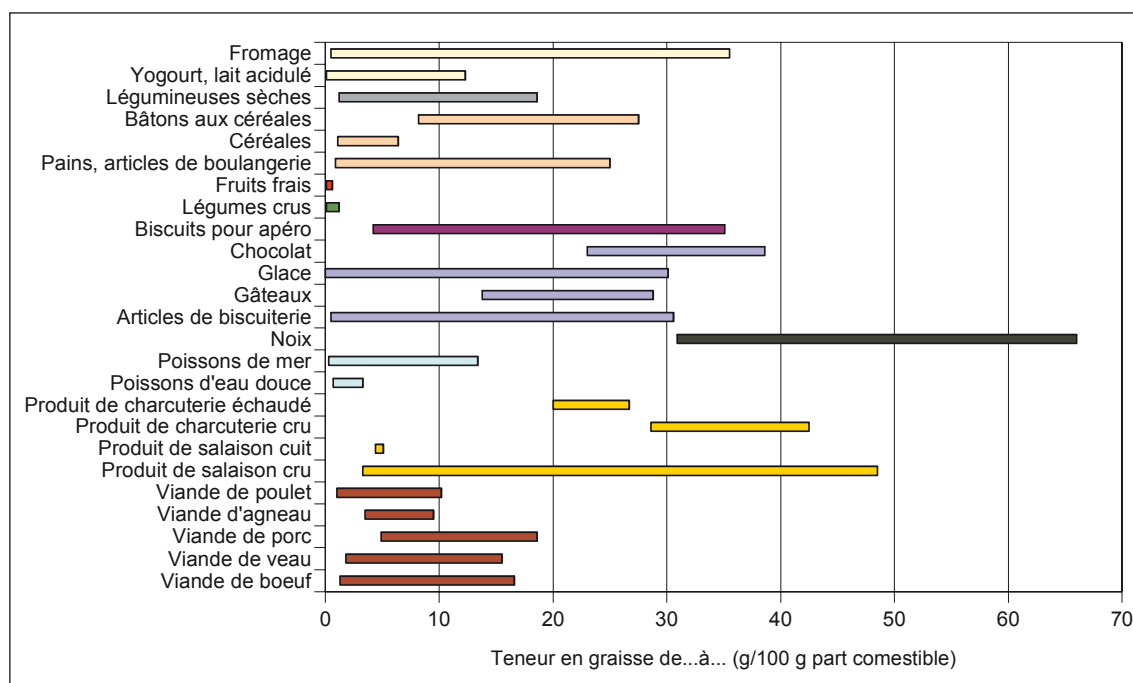


Fig. 2: Quantité de la teneur en graisse dans différents groupes de denrées alimentaires sans graisses/huiles. (Sources: Tableau suisse des valeurs nutritives, tableau des valeurs nutritives pour la viande et les produits carnés [Proviande 2006])

convienne à ses goûts. Mais certains objecteront probablement qu'un apport important en graisse a une influence négative sur les lipides dans le sang, qui est un facteur de risque de l'artériosclérose et des maladies coronariennes. Cette opinion se base sur l'ancienne théorie – par trop simpliste et désormais révolue – relative à l'apparition de l'artériosclérose et des maladies coronariennes. Entre-temps, on a découvert que ce n'est pas l'apport total en graisse qui influence les lipides dans le sang et le risque d'artériosclérose, mais la qualité et la quantité des acides gras (acides gras saturés, mono- et polyinsaturés de même qu'acides gras trans), ce qui a été

confirmé par une étude de grande ampleur menée aux USA. Les chercheurs n'ont constaté aucune réduction du risque de maladies coronariennes et d'attaque cérébrale chez les participantes ayant adopté une alimentation pauvre en graisse (dans la 6<sup>e</sup> année d'étude, 29% de l'énergie provenait de la graisse), comparé aux participantes avec une alimentation «normalement» riche en graisse (38% de l'énergie provenait de la graisse). En plus, aucune diminution du risque de cancer du sein ou de l'intestin n'a été observée. Autrement dit, la croyance qu'une alimentation riche en graisse va de pair avec un risque accru de cancer est – semble-t-il – plutôt improbable si l'on

se base sur les études épidémiologiques. Dans ce type d'études, l'incidence des maladies au sein de la population est relevée et mise en relation avec le mode d'alimentation. Et jusqu'à aujourd'hui, il n'est ressorti des études épidémiologiques effectuées aucun lien entre l'ingestion de graisse et le diabète de type 2. Or, indépendamment de la teneur totale en graisse, certains acides gras peuvent avoir une influence sur la santé. Mais aborder ce thème sortirait du cadre de cet article.

### Résumé

On observe toujours plus souvent qu'il ne faut pas renoncer, pour des raisons

de santé, à des morceaux de viande ou des produits carnés sous prétexte qu'ils ont une teneur en graisse élevée. Il faut plutôt faire attention au spectre des acides gras dans l'alimentation (acides gras saturés, mono- et polyinsaturés), thème qui sera abordé dans un prochain article.

Vu qu'il y a aussi bien des morceaux de viande et des produits carnés gras que maigres, chacun devrait y trouver son compte. Au fait, à l'occa-

sion du symposium «La viande dans l'alimentation», qu'organise Proviande le 15 novembre 2006 à Berne, le thème de la graisse sera abordé sous différents aspects.

Vous trouverez des informations sur celui-ci de même qu'un talon d'inscription sous [www.schweizerfleisch.ch](http://www.schweizerfleisch.ch).

Alexandra Schmid,  
station de recherche, Agroscope  
Liebefeld-Posieux ALP, Berne



Chers clients,

Depuis le 16.10.06 (conformément à l'inscription au RC) le nom de notre entreprise est désormais dans toute la Suisse

## FB Fiduciaire des Bouchers SA

Notre travail est resté le même – vous soutenir par nos conseils et nos actions. Appelez-nous. Dübendorf ZH 044 824 31 31/Berne 031 332 34 23/Lausanne 021 729 74 45

[info@metzgertreu.ch](mailto:info@metzgertreu.ch) / [www.metzgertreuhand.ch](http://www.metzgertreuhand.ch)



**VOTRE CENTRE-BOUCHER.**  
PARFAIT POUR LE SERVICE  
ET PLUS ENCORE.



## La semaine

Du 2 au 8 novembre les Spots-TV pour la boucherie sont à voir comme suite:

### SF 1

| Jour | Date  | Heure                   |
|------|-------|-------------------------|
| Je   | 2.11. | 12.50<br>18.55<br>21.45 |
| Ve   | 3.11. | 13.10<br>20.25          |
| Sa   | 4.11. | 18.10<br>18.40<br>19.25 |
| Di   | 5.11. | 17.55                   |

### TSR 1

| Jour | Date  | Heure                            |
|------|-------|----------------------------------|
| Je   | 2.11. | 14.00<br>17.30<br>18.00<br>19.25 |
| Ve   | 3.11. | 16.55<br>18.25                   |
| Sa   | 4.11. | 20.30                            |
| Di   | 5.11. | 13.05<br>17.05<br>19.25          |

### SF 2

|    |       |       |
|----|-------|-------|
| Di | 5.11. | 19.57 |
|----|-------|-------|

### TSR 2

|    |       |                |
|----|-------|----------------|
| Ve | 3.11. | 21.00<br>22.55 |
| Sa | 4.11. | 18.00          |

(Décalages possibles)

En plus des spots supplémentaires sur les chaînes locales (Tele Basel, Telebärn, Tele Tell, Tele M1, TeleZüri, Tele Südostschweiz, Tele Top, Tele Ostschweiz).

**Pour vos achats favorisez  
les partenaires du TV-Fonds!**

## 7<sup>e</sup> Symposium de Proviande «La viande dans l'alimentation»

# Viande et graisse – la bonne entente

**La graisse est bonne, nécessaire, et malgré cela relativement peu appréciée du grand public. Les spécialistes doivent pouvoir transmettre des informations compétentes à leurs clientes et clients. Le prochain symposium fournira beaucoup de connaissances pour faciliter cette difficile tâche d'information.**

Le 7<sup>e</sup> Symposium de la viande se tiendra mercredi 15 novembre au «Kultur-Casino». Le sujet de «Viande et graisse» mérite sans doute plus d'attention, et surtout une attention plus positive, que cela n'est généralement le cas. Une série d'oratrices et d'orateurs hautement qualifiés assureront une information de toute première catégorie.

La manifestation durera de 9 h 00 à 16 h 30. Le «Kultur-Casino» se trouve au numéro 25 de la Herrengasse à Berne.

### Frais d'inscription :

La taxe de participation est de 200 francs. Ce prix comprend non seulement des exposés de grande qualité, mais également une documentation très complète, le repas de midi ainsi

que les indispensables pauses café. Et le tout sera traduit simultanément pour les participants francophones.

En véritables spécialistes, les bouchers-charcutiers de métier savent que la graisse présente très certainement de grandes valeurs et de bonnes références non seulement pour les avantages sensoriels, mais aussi en ce qui concerne la valeur alimentaire. Malheureusement, nombreux sont les consommatrices et les consommateurs qui ne le savent pas. Afin de pouvoir leur transmettre ces informations précieuses, et pour diminuer les scrupules de la clientèle en présence de graisse sur et dans la viande, les connaissances individuelles ne peuvent jamais être assez grandes. Avec son symposium, Proviande offre à tous les spécialistes la possibilité d'acquiescer ces compétences indispensables.

Jamais on en saura assez sur la «Viande dans l'alimentation» – l'investissement dans cette journée qui s'annonce à Berne en vaudra assurément la peine. Et pas seulement pour certains – pour tous!

### Secrétariat de la manifestation

Anna Kocher

Téléphone: 031 370 02 10

Courriel: [symposium@proviande.ch](mailto:symposium@proviande.ch)  
Wö (Iz)

### Relevé en passant

## Des steaks pour Miss Suisse

Dans le journal gratuit «20 Minutes» on a pu lire récemment le passage suivant:

«...Christa (Christa Rigozzi, l'actuelle Miss Suisse, réd.) entre dans une épicerie fine et achète deux grands steaks bien juteux et – comment pourrait-il en être autrement – surdimensionnés pour concocter un bon souper avec son ami Giovanni. Elle sourit malicieusement et le maître boucher fond comme un fromage à raclette en plein soleil.» Notre idée n'est pas d'examiner ici plus avant l'état du «maître boucher» en question, mais bien de nous réjouir du fait que la belle originaire du Tessin accorde quelque sympathie à ce délicieux morceau de viande. On a déjà entendu par le passé des commentaires bien différents de la part de ce groupe social.

Wö (Iz)

### Actuel

## Les éleveurs de bovins rejettent la révision de la protection des animaux

Le Comité du Groupe de travail des éleveurs suisses de bovins (Arbeitsgemeinschaft Schweizerischer Rinderzüchter ASR) rejette à l'unanimité le projet de révision de l'ordonnance sur la protection des animaux. «L'ASR rejette énergiquement tout renforcement des normes de protection des animaux tant que les né-

gociations en matière d'accord de libre-échange avec l'UE ne seront pas conclues», écrit le groupe de travail dans un communiqué. Ils souhaitent laisser inchangées en particulier les exigences actuelles pour les transformations des bâtiments afin d'éviter de se lancer trop tôt dans des investissements inutiles.

SIA