



Elevés comme ils le sont, pouvons-nous espérer que nos enfants soient un jour tentés de préparer des repas à base de produits frais ?

Un livre réquisitoire met les pieds dans le plat

Toute la vérité sur la malbouffe en France

Poursuivant ses enquêtes menées pour « Marianne », notre collaboratrice Isabelle Saporta dresse un état des lieux effrayant de la nourriture et du goût en France, abandonnés aux seules mains des industriels. **PAR PÉRICO LÉGASSE**



samuel bollefont / cei public

L'enjeu est d'informer le citoyen consommateur des dangers qui le guettent sur les rayonnages chamarrés de la grande distribution.

Il aura fallu les statistiques alarmantes publiées par les défenseurs de l'environnement et les rapports accablants de nombreux organismes de santé pour comprendre que, si des mesures drastiques ne sont pas prises au plus haut niveau pour corriger les dérives d'un système néolibéral faisant de la nourriture humaine la source de ses plus macabres profits, le principal souci de notre civilisation sera son alimentation. Les anciennes maximes « Dis-moi ce que tu manges, je te dirai qui tu es » et « On creuse sa tombe avec ses dents » ne se limitent plus désormais à l'individu mais intéressent la société tout entière. Ce n'est plus seulement le comportement personnel du simple consommateur qui déterminera l'évolution de la façon dont l'homme doit se nourrir, mais une prise de conscience collective apte à bousculer des pratiques totalement dominées par la logique du marché.

Journaliste à *Marianne*, ancienne collaboratrice de Jean-Pierre Coffe à France Inter, Isabelle Saporta explore depuis plusieurs années l'univers complexe et sournois de la malbouffe. Une expérience vécue par cette trentenaire comme la révélation d'un danger insoupçonné pour qui ne prend pas le temps de lire l'étiquette ou l'emballage

du produit saturé de chimie, pour qui ne comprend pas à temps que l'industrie agroalimentaire, si soucieuse naguère d'accomplir des prouesses technologiques pour nourrir la planète, redouble à présent de malice pour multiplier ses profits financiers sur le compte de la santé publique.

Le tableau dressé par notre concepteur, dans un ouvrage au titre aussi édifiant que percutant, *Ne mâchons pas nos maux*, décortique étape par étape, secteur par secteur, le processus économique et social ayant conduit le monde occidental à s'éloigner de la nature pour s'engraisser. Conditionnement générationnel, oukases du modernisme, littératures culinaires, cantines scolaires, fracture alimentaire, marketing, discours industriels, intoxications médiatiques, subterfuges technologiques, normes administratives, maquillages aromatiques, voracité de la grande distribution... Isabelle Saporta passe chacun de ces chapitres au peigne fin de sa verve investigatrice. Le dossier portant sur la façon dont nos enfants sont nourris à l'école interpellera parents et adultes, puisque c'est par

l'apprentissage du goût que la jeunesse pourra à la fois s'extirper d'une sinistère fatalité alimentaire et saisir toutes les nuances d'une nourriture saine et savoureuse. Mais l'enquête expliquant pourquoi les revenus les plus modestes sont évidemment les plus enclins à mal manger, et, la crise aggravant

cette terrible réalité, comment certains n'ont aucune chance de s'en sortir, donne toutes les dimensions du drame que s'apprête à traverser la société contemporaine.

Ne mâchant pas ses mots, le journaliste n'en a pas d'assez durs pour s'indigner devant les pratiques de la publicité : « Pour parvenir à leur fin, les publicitaires sont prêts à tout et notamment à prendre les marmots par leur talon d'Achille. Quand elle cible les plus jeunes, la pub use et abuse des héros

de dessin animé afin de promouvoir des produits de marque. » Ainsi nos chères têtes blondes ont la tête truffée de messages nocifs et d'images vénéneuses, où les sucres les plus abjects, les graisses les plus immondes, les additifs les plus infâmes et les conservateurs les plus dégueulasses finissent lentement, mais sûrement, ►

L'industrie agroalimentaire redouble de malice pour multiplier ses profits financiers sur le compte de la santé.

SAVOIR VIVRE

► par intoxiquer les petits corps jusqu'à l'accident de santé. Un empoisonnement prémédité par des firmes sans scrupule sous l'œil inconsciemment complice de parents toujours ravis de satisfaire la fringale générée par un slogan vu à la télé. Et Isabelle Saporta de stigmatiser « l'étrange collusion entre les chaînes de télévision, la grande distribution et l'Ania [Association nationale des industries alimentaires] », dont le lobbying auprès de la classe politique et des médias obtient trop souvent gain de cause en contournant les dispositions sanitaires qui fâchent, c'est-à-dire celles qui réduisent les bénéfices des ogres que sont, entre autres empoisonneurs publics, les marchands de boissons sucrées.

La liste serait trop longue à dresser ici, mais le livre de la journaliste de *Marianne* la jette en juste pâture aux lecteurs afin qu'ils s'en détournent avec le mépris qui sied à ceux qui savent. Car le problème n'est autre que la capacité des défenseurs de la « bonne bouffe » à informer le citoyen consommateur des dangers qui le guettent sur les rayonnages chamarrés de la grande Babylone distributrice. Et Isabelle Saporta de donner le coup de grâce à l'hygiénisme imbécile d'une réglementation européenne dictée par les agueusiques de la frigidité alimentaire anglo-saxonne en fustigeant l'horreur des « ovoproduits ».

Késako ? « Des jaunes et des blancs d'œufs conservés séparément sous forme liquide, concentrée, surgelée ou en poudre. Ou, mieux encore, des œufs durs écalés par des machines vendus sous forme de bloc dans lesquels les rondelles sont déjà prétranchées et précalibrées. »

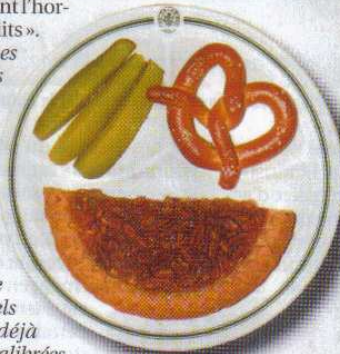
Sans oublier, bien sûr, les omelettes, les œufs brouillés ou mollets, vendus en barquettes et prêts à l'utilisation. » On en passe et des pires.

Des horreurs alimentaires de la sorte, l'auteur nous en sert à la louche, avec la pugnacité de celle qui sait que, plus les populations prendront la peine de s'informer sur leurs besoins nutritionnels et de s'inquiéter du contenu de leur assiette, plus les industriels, les distributeurs et les communicants veilleront à les respecter. Mais pour cela l'info doit-elle encore circuler. Or, si certains médias, dont *Marianne*, participent activement à cette prise de conscience, d'autres ont décidé de poser un bâillon sur les problèmes de malbouffe. Il suffit de lire ce livre pour comprendre à quel point il y a urgence à agir et à réagir • P.L.

Ne mâchons pas nos maux, d'Isabelle Saporta, Robert Laffont, 190 p., 21 €. En librairie le 26 janvier.



Extrait



andrew heatherington / redux / rca

Le fléau des livres d'anticuisine

Basile est comme un gamin. Ravi d'avoir utilisé les fameux caramels enrobés dans un emballage jaune imprimé de devinettes enfantines et d'histoires drôles naïves pour fêter la pendaison de crémaillère de son deux pièces rennais. « C'est à la fois ludique et transgressif », s'emporte-t-il. « J'ai piégé tous les invités ! Personne n'a deviné quel était l'ingrédient principal de mon cake. Je les ai bluffés ! » se réjouit-il.

Anecdote navrante qui nous rappelle à quel point la cuisine est devenue un *no man's land*. Cette pièce autrefois conviviale, qui abritait des denrées appétissantes, du fromage, des fruits frais et des légumes du potager ne regorge désormais que de nourriture savamment empaquetée. Les boîtes ont supplanté les conserves faites maison, et le surgelé fait désormais office de produits frais.

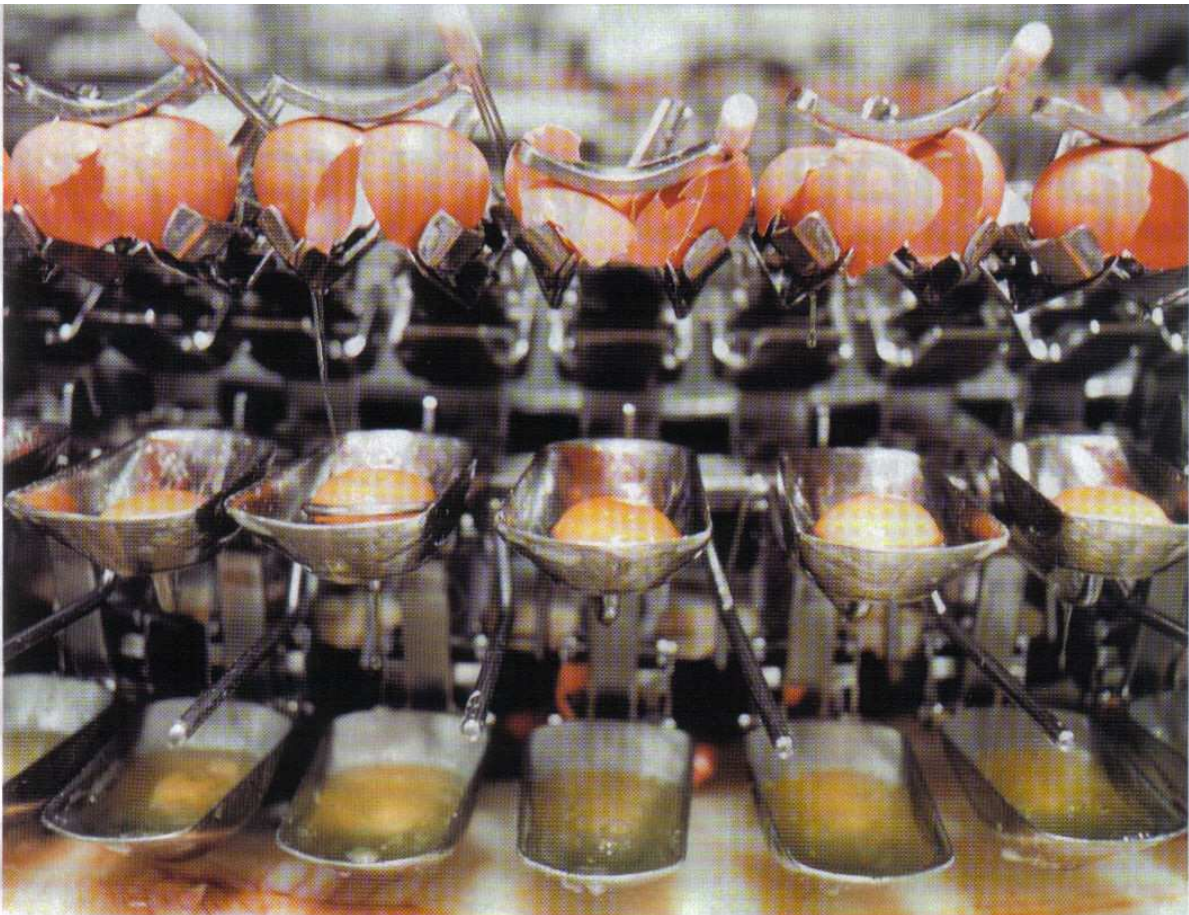
Forts de ce triste constat, les éditeurs tentent de concilier deux tendances apparemment irréconciliables : le vrai-faux engouement des trentenaires pour la cuisine et leur goût des produits médiocres. La nouvelle mode faisant florès dans les maisons d'édition est de publier des livres d'anticuisine. Le concept est simple : vendre des ouvrages branchés qui cherchent à nous faire prendre des vessies pour des lanternes, ou plutôt des produits manufacturés hypersiglés pour le nec plus ultra des ingrédients de base d'une cuisine raffinée. Ayant pris bonne note que chez les moins de 35 ans on ne fait plus son marché quotidien (1) et que la grande distribution fait office de boucher, poissonnier, primeur, fromager, certains cuisiniers ont eu l'idée saugrenue de flatter ces penchants inavouables pour les produits industriels en proposant aux trentenaires régressifs des recettes réalisées à base de saucisses en sachet, de pâté en boîte et de pâte à tartiner. Ainsi, des currys thaïs réalisés avec du fromage siglé, en passant par des rougails à base de saucisses sous Cellophane et les charlottes aux fraises chimiques sont-ils décrits par le menu dans ces ouvrages.

Ces livres poussent le vice jusqu'à nous faire cuisiner ces produits manufacturés censés justement être prêts à l'emploi. Or, à partir du moment où l'on doit s'atteler aux fourneaux, pourquoi persister dans le choix de ces produits qui ne sont ni bon marché ni équilibrés, plutôt que de choisir des ingrédients frais ? Quitte à cuisiner, et à prendre le temps de le faire, autant cuisiner du bon.

Non. Il semblerait que la mode soit de concocter des plats à partir de produits industriels. Les auteurs de ces livres oscillent entre ingénuité et cynisme. Du côté des naïfs, certains grands chefs. Ainsi, Jacques Thorel, féru de bonne bouffe, s'est laissé aller à rédiger un petit ouvrage décalé (2) qui vante les mérites de la bouffe manufacturée et propose des recettes d'omelette aux chips, de volaille aux corn flakes et de chou au surimi.

Jacques Thorel se défend pourtant d'avoir voulu faire un ouvrage commercial, il explique que ce sont de longues discussions avec son neveu qui lui ont permis de s'apercevoir du gouffre culinaire qui les séparait. L'oncle, incroyablement, a demandé au jeune homme de lui décrire ses repas. Premier constat : pas de légumes. « Il n'en achète pas parce qu'il trouve que ça ne se conserve pas bien et que le goût des légumes est aléatoire. » Pas de fruits non plus. « Il ne fait pas sa compote, il l'achète. » Et « il ne connaît des fraises que leurs dérivés chimiques. Du chocolat, que son épouvantable ersatz élaboré à base de noisettes et d'huile de palme ».

Alors que faire de cette génération désenchantée et, surtout, comment lui apprendre à cuisiner en n'utilisant que le contenu de ses placards ? Un défi relevé par le cuisinier persuadé que l'on peut plouver à ces trentenaires désespérés qu'il est possible de ne plus consommer bêtement ces produits faciles. « Je voulais qu'ils renversent le rapport de force, qu'ils se réapproprient ces produits en les cuisinant », explique Jacques Thorel. Fichtre. Il faut



stephan elleringmann / half-rea

Dans cette usine, on ouvre mécaniquement 30 000 œufs par heure pour séparer les jaunes des blancs. La bouffe industrielle finira-t-elle par tout écraser ?

croire que nous sommes arrivés bien bas si les plus grands chefs en sont réduits à proposer aux enfants de cuisiner des cochonneries pour lutter contre la malbouffe ! Bien entendu, il est sans doute préférable de mitonner ses fraises chimiques plutôt que de plonger fébrilement sa main dans le sachet, alors que l'on est vauté dans un canapé. Mais avouons que l'on est bien loin ici de l'idéal culinaire. Cuisinez, cuisinez, il en restera toujours quelque chose, semble penser Jacques Thorel. Peut-être un jour, sait-on jamais, ces grands benêts seront-ils tentés de préparer des repas avec des produits frais. Permettez-moi de ne pas partager cet optimisme ! Mais, s'il ne fait pas de doute que cet amoureux de la bouffe est animé du désir utopique de redonner des émotions à cette jeunesse hermétique à la bonne chère, les autres auteurs ayant cédé à cette nouvelle mode sont, eux, beaucoup plus cyniques.

Thierry Roussillon, auteur des *Stars du placard* (3), décline à l'envi des plats simples à préparer, élaborés à partir de produits siglés. Son but ? Surfer sur l'attachement des trentenaires aux marques et leur proposer ce que le jeune critique gastronomique appelle pompeusement un « *concept book* ». Ludique, drôle, son livre aurait, selon lui, un côté « *vous ne devinez jamais ce qu'il y a dedans* ». Bluffez vos copains en mijotant un fromage pasteurisé médiocre, et jouez sur les instincts les plus vils d'une génération décidément perdue pour la bonne bouffe. Déjà en 2005, Julie Andrieu (4) proposait plus de 140 recettes pratiques et inattendues à cuisiner avec des produits déjà prêts, comme les pâtes à tarte surgelées, les légumes prédécoupés, le riz « minute » et les boîtes de conserve. Selon Thierry Roussillon, le succès de ce genre d'ouvrages s'explique

Nous sommes tombés bien bas si les plus grands chefs en sont réduits à proposer aux enfants de cuisiner des cochonneries.

aisément. « *Ils surfent sur la tendance "j'ai honte mais j'aime ça".* » « *Après tout, on peut apprécier la "Star Ac" et l'opéra* », se défend le jeune apprenti sorcier. C'est vrai. Mais encore faut-il maîtriser tous les niveaux de musique comme tous les niveaux de langue. Il est aisé pour un éminent linguiste de se réjouir de la créativité du langage SMS. Il peut le quitter à chaque instant, changer de registre, utiliser un langage soutenu. En revanche, celui qui n'a ni les armes ni les connaissances nécessaires pour faire face à la marée industrielle n'a d'autre choix que de rester cantonné dans cette médiocrité. Alors, plutôt que de se lancer dans l'éloge facile d'une *junk food* forcément charmante, n'aurait-il pas été plus judicieux d'être pédagogue ?

D'autant que, si la bonne nourriture peine à trouver des relais, la bouffe industrielle ne manque pas de vecteurs de diffusion. Télévision, publicité ne cessent de vanter les mérites de la malbouffe. Et, comme si ce n'était pas suffisant, cette *junk food* s'est, en outre, insidieusement infiltrée dans la nourriture de collectivité. Les fromages siglés et pasteurisés sont largement distribués dans les cantines, les prisons et les maisons de retraite. Pourquoi ? Parce que ces fromages sont tout à la fois peu onéreux et éminemment pratiques à stocker. Un état de fait qui pose d'innombrables problèmes à la transmission de notre culture et de nos connaissances gustatives ●

(1) 90 % des Français font leurs courses en supermarché. Une fois par semaine, ils ravitaillent leur maisonnée de produits faciles à stocker.

Dans le même temps, la fréquentation des marchés ne cesse de baisser.

(2) *Trop bon et pas cher*, de Jacques Thorel, éd. Ouest-France.

(3) Editions de l'If. (4) *Ma p'tite cuisine*, Marabout, 2005.

SAVOIR VIVRE