



© 2024 Cision. All rights reserved, excluding third-party content. Reproduction or redistribution without permission prohibited. Third-party content is drawn from thousands of newspapers, national magazines, national and local television programs, radio broadcasts, social-media platforms, generative content, and additional forms of open-source data. Sources for Bulletin Intelligence audience-size estimates include Scarborough, CfK MRI, comScore, Nielsen, and the Audit Bureau of Circulation. Any reach data cited here by SimilarWeb represents site traffic data of worldwide unique visitors on desktop for the last month available. Data from and access to third party social media platforms, including but not limited to Facebook, Twitter, Instagram and others, is subject to the respective platform's terms of use. Services that include Factiva content are governed by Factiva's terms of use. Services including embedded Tweets are also subject to Twitter for Website's information and privacy policies.

Quels poissons faut-il manger pour ne pas tarir les océans ?

En délaissant les espèces menacées et en se tournant vers celles pêchées de façon durable, le consommateur peut contribuer à préserver la biodiversité.

Caroline de Malet

En cette Année de la mer, les océans sont à l'honneur. La conférence de l'ONU sur les océans (Unoc), en juin à Nice, a souligné l'importance vitale des ressources marines, menacées par la pêche et nos modes de consommation, pour la biodiversité.

« Jusqu'aux années 1990, alors qu'on pensait la mer inépuisable, les volumes pêchés n'ont cessé de croître, jusqu'à 90 millions de tonnes par an, avant d'atteindre un palier », rappelait Elisabeth Vallet, directrice de l'ONG Ethic Océan, dans le cadre de la conférence « L'océan à table », organisée en mai par le Muséum national d'histoire naturelle. La surpêche a ainsi vidé les océans. « Avec 35 kg par an et par Français, nous consommons trop de produits de la mer ! », lance Jimmy Pahun, skipper et député de la 2^e circonscription du Morbihan.

Alors, que faire ? Cesser d'en consommer ? « Cela ne réglera pas le problème, mieux vaut réorienter sa consommation », rétorque Charles Guirriec, fondateur de Poiscaille, fournisseur de poisson frais durable et éthique, en circuit court, qui a été rejoint sur ce créneau par MyFish. « Consommer moins mais mieux », renchérit l'association Bloom, dont la fondatrice, Claire Nouvian ne cesse de tirer la sonnette d'alarme sur ce désastre. Mieux peut signifier local. Mais si la production nationale est stable (500 000 à 600 000 tonnes par an), elle ne couvre que 20 % des ventes en France (deux avions par jour sont importés d'Afrique). Manger du poisson issu de la pêche illégale, qui ne représente pas moins de 20 % des captures mondiales, équivalait à encourager l'esclavagisme.

Le seul moyen de s'en assurer est d'acheter des produits labellisés (MSC pour le poisson sauvage, ASC pour

l'aquaculture...). Mais « ces derniers ne vont pas assez loin d'un point de vue environnemental », estime Charles Guirriec, pour qui il faudrait labelliser les bateaux plutôt que les pêcheries.

Pour éviter les espèces menacées, encore faut-il les connaître. Qui sait par exemple que la pêche aux crevettes contribue à la déforestation des mangroves ? Les stocks de cabillaud se sont effondrés depuis les années 1990. Depuis 2014, les empereurs, qui n'atteignent la maturité sexuelle qu'à 20 ans et dont la fécondité est faible (tout comme la dorade rose), sont décimés. Et alors que la civelle - que la France est la première à pêcher mais pas à consommer - est en danger critique d'extinction, ses quotas de pêche ont paradoxalement augmenté.

Le pire produit de la mer, c'est le si banalisé saumon d'élevage. À se demander si les consommateurs ont une idée de ce qu'ils ingurgitent. « Nourris majoritairement de farines et d'huile de poisson - même si la Norvège les a en partie remplacées par des ingrédients végétaux, ce n'est pas le cas en Amérique du Sud - entassés dans des cages où leurs excréments, toxiques pour l'environnement, polluent, bourrés aux antibiotiques, ils contaminent les saumons sauvages avec leurs parasites (comme les poux de mer) en s'échappant » : ce tableau dressé par Charles Guirriec devrait en dégoûter plus d'un. Par ailleurs, mieux vaut privilégier le cabillaud venant d'Islande, les stocks de l'Irlande et de la Grande-Bretagne s'étant effondrés. « Quant à la daurade, tout dépend si elle est sauvage ou non, royale, rose ou grise, et d'où elle vient », nuance Elisabeth Vallet.

Il convient donc de poser un certain nombre de questions à son poissonnier avant de faire son choix sur son

étal, conseille cette dernière : outre la provenance, la technique de pêche, si le spécimen a atteint sa taille de maturité... Car si l'étiquetage est obligatoire, il n'est pas toujours respecté ni très visible. Et pour les produits transformés, la zone de pêche n'est pas toujours indiquée. Or les élevages intensifs de Grèce ou de Turquie sont à bannir. « Interroger les détaillants et les restaurants les pousse à adopter des pratiques plus responsables », souligne Maud Fontenoy, dans son livre *L'océan source de vie* (1). C'est ainsi qu'« alors que le thon rouge était menacé, tout le monde s'est entendu et les stocks se reconstituent », explique Josselin Marie, chef de La Table de Colette, restaurant le plus engagé en 2024 selon Ecotable, et coprésident de l'association Bon pour le Climat.

Les poissons à favoriser sont le merlu, pléthorique, la julienne ou le colin d'Alaska (il y en a de plus en plus). Si le tacaud ou le merlu ne sont pas chers, c'est parce qu'ils sont souvent abimés dans les navires hauturiers au large. Mais en livrant le poisson 48 heures après la pêche par 250 petites embarcations, cela ne pose pas de problème. Poiscaille fait ainsi redécouvrir depuis dix ans aux 28 000 inscrits à ses casiers de la mer ces « poissons oubliés ou peu connus », comme le tacaud, le maigre, la vieille ou le chinchard. « Même s'ils sont pêchés au chalut, ce sera toujours mieux que du cabillaud nourri aux farines au bout du monde », lance Charles Guirriec.

Surtout, plus un poisson est gros, plus il est pollué par les ressources contaminées ingurgitées dans sa chaîne alimentaire. C'est souvent le cas du thon en boîte, contaminé au mercure. Pour sa santé, mieux vaut donc privilégier les petites espèces. À bon entendeur. ■
(1) « L'Océan, source de vie », Maud Fon-



© 2024 Cision. All rights reserved, excluding third-party content. Reproduction or redistribution without permission prohibited. Third-party content is drawn from thousands of newspapers, national magazines, national and local television programs, radio broadcasts, social-media platforms, generative content, and additional forms of open-source data. Sources for Bulletin Intelligence audience-size estimates include Scarborough, CfK MRI, comScore, Nielsen, and the Audit Bureau of Circulation. Any reach data cited here by SimilarWeb represents site traffic data of worldwide unique visitors on desktop for the last month available. Data from and access to third party social media platforms, including but not limited to Facebook, Twitter, Instagram and others, is subject to the respective platform's terms of use. Services that include Factiva content are governed by Factiva's terms of use. Services including embedded Tweets are also subject to Twitter for Website's information and privacy policies.

tenoy, Editions L'Observatoire.

« Avec 35 kg par an et par Français, nous consommons trop de produits de la mer! »

Jimmy Pahun

Skipper et député de la 2^e circonscription du Morbihan



Parmi les poissons à favoriser dans son assiette, le merlu (à gauche), ou le méconnu tacaud, pléthoriques et bon marché.

ERLING SVENSEN/HAVFORSKINGSINSTITUTTET;
ALAMY STOCK PHOTO