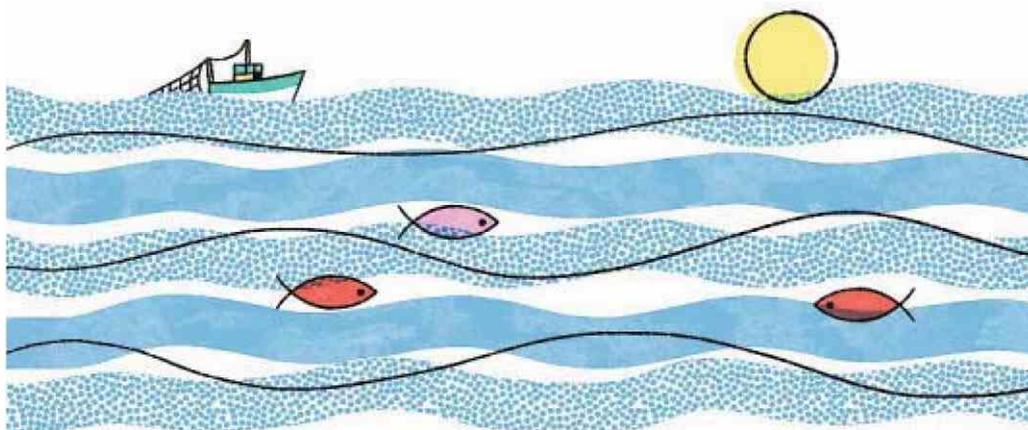


ET MOI... BIEN-ÊTRE

LE POISSON, UN ALLIÉ SANTÉ À PRÉSERVER

Par Claude Vincent - Illustrations : Carole Barraud



Ce 12 avril, au petit matin, rendez-vous a été pris sur les rives du Léman pour relever les filets du pêcheur Vincent Coly en compagnie de Franck Derouet, le chef triplement étoilé du Relais & Châteaux Le Clos des sens à Annecy, et d'Élisabeth Vallet, directrice de l'ONG Ethic Ocean. La pêche sera très moyenne. Une constante : en dix ans, les prises de féra (voisine de la truite) ont baissé de 60%. L'opportunité d'évoquer, à l'approche de la Journée mondiale de l'océan du 8 juin, la préservation des ressources halieutiques. Et même si le poisson se pare de vertus santé, «on touche là aux dernières ressources sauvages et manger moins de protéines animales doit aussi s'appliquer au poisson», rappelle Élisabeth Vallet. Associés dans la protection des ressources marines, Ethic Ocean et Relais & Châteaux mettent cette année un coup de projecteur sur la saisonnalité de la pêche, une notion parfois mal interprétée.

La «bonne saison» est souvent ce moment où les étals sont bien garnis car les poissons, regroupés pour frayer, sont plus faciles à capturer! «C'est pourquoi saisonnalité ne rime pas forcément avec durabilité de la ressource. Le plus important est le bon entretien des stocks et les réglementations ne sont pas toujours en phase avec la réalité du terrain», explique Élisabeth Vallet. Ce qui est valable pour les océans l'est aussi pour les lacs, aux espèces prisées des restaurateurs. Le Clos des sens s'est engagé dans une cuisine végétale, lacustre et responsable, sans viande ni poisson de mer. «Chair, œufs, écailles, arêtes, yeux, tête, intestins, on utilise tout», souligne Franck Derouet. Reste que les espaces lacustres sont très sensibles aux modifications de l'environnement. Gérer la ressource revient à danser sur un fil. «Le Léman change, le poisson change et, s'il y a de la résilience, on voit bien que le dérèglement climatique va vite», s'inquiète Vincent Coly.

