

ACCUEIL / SOCIÉTÉ

Trois choses à savoir sur la pêche responsable, l'autre manière de consommer du poisson

© 11h30, le 16 février 2020

AA



Seulement 25% de la consommation en France provient de la pêche française (photo d'illustration). © CRISTINA QUICLER / AFP

Alors que va s'ouvrir la semaine de la pêche responsable, le cuisinier pêcheur Christopher Coutanceau explique au micro d'Europe 1 pourquoi cette manière de s'approvisionner en poisson est le meilleur gage de goût dans nos assiettes et de viabilité pour nos océans, menacés par la surpêche.

Que cela soit par la surpêche, le réchauffement climatique, qui trouble la reproduction des poissons, ou la pollution qui les rend stériles, la majorité des espèces de poissons est menacée, comme l'explique Christopher Coutanceau dans *La table des bons vivants*, sur Europe 1. Ce pêcheur est aussi chef trois étoiles à La Rochelle. Dans son restaurant, il cuisine des poissons issus de la pêche responsable. Cette pratique respectueuse de la mer et des espèces qui y vivent s'oppose frontalement à la pêche industrielle. Voici trois choses à savoir sur cette autre manière de pêcher et cuisiner son poisson.

La pêche industrielle est dangereuse pour la vie marine

En Europe, on consomme 20 kg de poisson par an et par personne. la pêche industrielle touche des poissons en période de reproduction, ils sont "fatigués, fibreux, nerveux, ils n'ont pas de gras. C'est comme manger des tomates en hiver. Il faut le laisser se reproduire", explique le chef Contanceau. Ainsi, "le bar, le maigre, la sole, le turbo, sont en danger."

Par ailleurs seulement 25% de la consommation en France provient de la pêche française et le reste est importé. La pêche se fait par des chalutiers, des bateaux de "200 mètres de long, capables de pêcher 200 tonnes par jour", décrit Christopher Coutanceau. "Ce qui donne des poissons souvent maltraités et de qualité médiocre", assure-t-il. Conséquence : "60 à 70 % du poisson pêché est rebalancé mort à l'eau parce qu'il est trop petit, appartient à une espèce non visée, ou que les quotas sont mal faits" explique le chef.

Qu'est ce que la pêche responsable ?

La pêche responsable, c'est "une pêche saisonnière, à la ligne ou au casier, pour relâcher le poisson s'il est trop petit ou si les quota sont atteints". Il s'agit aussi de "privilégier les poissons de nos eaux" plutôt que des poissons comme le saumon. C'est aussi de la pêche sauvage car "le poisson d'élevage, ça ne vaut rien." Même en label rouge il s'agit d'un élevage intensif, avec des pesticides. "Le bio c'est un petit peu mieux", admet le chef. La logique à avoir c'est de "voir la mer comme un jardin."

Des poissons qui peuvent être bon marché

La vive, le merlan, le tacaud, l'orphie, le chinchard sont autant d'exemples de poissons bons, présents en grande quantité dans les eaux françaises et bon marché. "le problème c'est le 'sourcing' de ces poissons méconnus : on en trouve un peu, mais les poissonniers mettent en avant des poissons plus connus" reconnaît Christopher Coutanceau.

En février, on peut ainsi consommer la vieille, "3,50 ou 4 euros le kilo", pour la cuisiner, il suffit "d'enlever la peau et le flux sanguin entre les premières chairs et la peau". On peut ensuite la préparer en "tartare, carpaccio, rôti ou en papillote". L'autre astuce c'est de consommer les poissons en entier, et pas seulement en filet. Le plat signature du chef est ainsi le "tête à queue de sardine". "Comme pour le cochon, il n'y a pas que le filet qui est bon dans le poisson", conclut Christopher Coutanceau.



Par Guilhem Dedoyard