

# L'alimentation sur toutes les lèvres

Il en est qui vendraient leur âme pour une paire de sandales Gucci, d'autres pour des truffes bio AOC. Actuellement, et pour beaucoup, la gastronomie est tout aussi tendance que les vêtements. Et l'on remarque même chez certains jeunes gens une nette propension à se comporter de façon plus consciente, plus responsable envers la nourriture et les aliments. Pour eux, la façon de se nourrir a mué, si l'on peut dire, en une forme d'art et de culture, devenant ainsi l'expression d'un style de vie.

PAR ANDREA BAUMANN



Chose exceptionnelle, il semble que l'on n'ait jamais autant parlé et écrit qu'aujourd'hui sur l'alimentation et la gastronomie. Les émissions culinaires impliquant d'illustres maîtres queux, qu'ils soient visionnaires ou adeptes inconditionnels du terroir, attirent aux fourneaux les fondus de la cuisine, et les magazines pour gourmets y vont eux aussi de leur couplet, en incitant tout un chacun à cuisiner des mets exotiques ou à goûter de nouveaux produits. Mais ce ne sont pas seulement les plaisirs gustatifs et la santé, en rapport avec la nourriture, qui sont au cœur du débat. Avides d'explications, des voix exigent toujours plus fort de savoir d'où viennent les aliments que nous consom-

mons et dans quelles conditions ils sont élaborés.

## Les temps changent

De nos jours, une attitude plus consciente vis-à-vis des aliments, en particulier chez les jeunes, est considéré comme étant de plus en plus cool. Et toujours plus nombreux sont celles et ceux qui s'expriment sur ce que l'on mange. Et Christine Brombach, une nutritionniste à la Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (ZHAW), de constater: «La nourriture revêt un aspect symbolique, nous permettant ainsi d'exprimer notre appartenance à un sexe tout comme la mode ou les loisirs.» Biologique, durable, régional et saisonnier, tels sont les indicateurs qui

déterminent la liste de nos achats; et qui entendent faire, de nos produits alimentaires, des «moyens de vie»; c'est ce que proclame grosso modo le Youth Food Movement (YFM), un mouvement de jeunes issu des milieux slow food, qui se distancie nettement du fast food. Sandro Domeniconi, de Zurich, est membre de l'YFM Suisse (en Suisse romande, le YFM n'est pas encore représenté). Ce qui l'a poussé à s'engager: l'aberration qu'est le fast food dans son ensemble ainsi que l'élaboration industrielle des denrées alimentaires. «Il faut se fixer une ligne de conduite. Le but est de sensibiliser les personnes de 20 à 30 ans à cette problématique.» Cette démarche, cependant, se révèle,

*Dans le cadre de Slow Food Nation, plus de 250 jeunes se rencontrent à San Francisco pour un «eat-in», afin de partager leur intérêt et promouvoir une alimentation consciente.*

en l'état actuel des choses, plutôt difficile. Il n'est pas aisé en effet de convaincre des jeunes gens qui ne s'intéressaient nullement, auparavant, à une alimentation saine et écologique, déplore le YFM. La plupart des membres de l'YFM ont déjà un lien professionnel avec la nutrition, la santé ou la gastronomie.

### **Passer par l'éducation**

Selon Domeniconi, il est d'autant plus nécessaire de toucher la base, les enfants. Et c'est pourquoi, il a, en collaboration avec le slow food, organisé des journées d'action dans les écoles. Ce qui donne aux enfants des classes primaires l'opportunité de confectionner leurs propres hamburgers. «Pour nombre d'enfants, c'était la toute première fois qu'ils cuisinaient eux-mêmes quelque chose.», précise Domeniconi. Les initiateurs de slow food et de l'YFM ont utilisé ces journées pour parler avec les enfants des différences qui existent entre les hamburgers conventionnels et ceux que l'on prépare soi-même. «Les enfants ont été positivement surpris par leurs propres créations», raconte Domeniconi. Et il espère qu'ils emporteront chez eux le plaisir de cuisiner. «L'essentiel en matière de nourriture, ce n'est pas le «devoir» mais le «vouloir», et cela, on ne l'obtient que par le plaisir et l'intérêt.»

### **S'engager en faveur de la nutrition**

Tout comme Domeniconi de l'YFM, Björn Scheppeler, ingénieur forestier de formation, s'intéresse lui aussi à l'alimentation: «Lorsque j'étais enfant, j'aimais faire la cuisine, mais

c'est mon amie qui a éveillé mon intérêt pour cet engagement en faveur de la nutrition.» Dans ses jeunes années, il fut, par conviction politique, brièvement végétarien. «Aujourd'hui je suis ce que l'on appelle un végétarien à temps partiel. Je suis devenu plus tolérant. Mais un peu seulement car sans traçabilité évidente, la viande n'apparaît au mieux sur notre table que pendant les vacances.» Et il ne mange que de la viande que son amie a chassée ou qui vient de chez un agriculteur qu'il connaît personnellement. «Manger a toujours été au cœur de ma vie. Les messages diffusés par les médias et la littérature gastrosophique m'ont incité à entreprendre une réflexion personnelle, et ont modifié mon comportement», explique Björn Scheppeler. Son amie et lui ont tous deux adopté le slow food. Mais il n'est pas facile de s'intégrer au réseau slow food lorsque l'on a atteint le milieu de la trentaine. La génération des fondateurs était plus âgée et les membres du Youth Food Movement sont plus jeunes. Les uns étaient plus traditionalistes, les autres le sont moins. Mais cet environnement, très motivant, lui a donné, ainsi qu'à son amie et deux collègues, l'envie, avec [genusskette.ch](http://genusskette.ch), de lancer leur propre projet. Pour l'instant, le site [genusskette.ch](http://genusskette.ch) reçoit surtout la visite de producteurs, en liaison avec la cuisine et l'alimentation collectives.

### **Les «Lohas» un groupe cible attractif**

La branche du marketing et de la publicité gratifie des gens comme Sandro Domeniconi et Björn Scheppeler du nom

de «Lohas». Lohas étant la contraction de Lifestyle of Health and Sustainability, un mode de vie basé sur la santé et la durabilité. Les Lohas, qui accordent une certaine valeur à ce qui est durable, à leur santé ainsi qu'à une consommation ménageant l'environnement, ne sont ni des écolos, ni des hippies ou des marginaux. Ils sont jeunes, aisés et dans l'air du temps, selon la définition du Duden. Raffinement des techniques, conscience de l'écologie, plaisir de consommer et durabilité ne sont pour les Lohas nullement contradictoires. Pour certains, «Lohas» sonne comme une insulte, à l'instar des yuppies, autrefois. Il est facile de comprendre que tous n'entendent pas être mis dans le même sac que les Lohas. Cependant, qu'il s'agisse d'écogourmets, de végétariens ou d'autoconsommateurs, les parallèles sautent aux yeux: rejet du fast et convenience food, retour à la nature, mobilité urbaine, la nourriture en tant que moyen de communication collectif.

### **L'autosuffisance, une tendance urbaine**

Pour quelques citoyens dans le vent, l'attention ne se limite pas aux achats de denrées alimentaires et à la cuisine. C'est dans les villes d'une certaine importance que se développe ce que l'on appelle l'*Urban Gardening*. Toujours plus nombreux sont les habitants qui cultivent des légumes sur leur balcon. D'où l'utilisation de planches mobiles comme des casiers à lait, des caddies, des caisses en plastique ou des surfaces en friche qui peuvent être exploitées en commun. L'*Urban*

*Gardening* peut être considéré comme un nouveau mouvement de retour à la nature, pour lequel une vie idyllique à la campagne n'est nullement l'idéal. Il s'agit bien plus, en l'occurrence, de se mettre au diapason du développement urbain, de façon à concilier ville et nature.

### La ville de Berne en reconnaît la nécessité

Et cela se passe au milieu du quartier de la Lorraine. Ici dans le «Zentralpark», sur une parcelle cultivée en commun, poussent des légumes, des herbes aromatiques et des petits fruits. Le service immobilier de la ville de Berne a prévu d'y construire 14 habitations au printemps 2012. L'autoproclamée «Randenbrigade» (Brigade des betteraves) a demandé à l'association responsable Brachland si elle pouvait utiliser ce terrain pour mettre sur pied un jardin collectif provisoire, sans pour autant s'en réserver l'usage exclusif. «Cela est sans comparaison avec les jardins ouvriers», précise Mike qui, sa journée de travail finie, se promène avec sa petite fille à travers les plantations. Pas question de «mon» carré, «mes» tomates ou «ma» binette. «Donner et recevoir, telle est notre devise», ajoute Petra, rendue attentive à ce projet dans un magasin du quartier. Chacun organise et apporte ce qu'il peut ou ce qu'il veut: de la terre, des ustensiles, des récipients, des plantons, des graines ou sa seule force de travail. On planifie l'arrosage, et celui qui est impliqué arrose le jardin tout entier. Les récoltes sont mises en commun, et une fois par mois au minimum, un repas collectif est organisé dans le jardin. Hétérogène par excellence, la «Randenbrigade» de la Lorraine se distan-

cie de notions comme lifestyle, Lohas et jardiniers tendance. C'est un sentiment de solidarité qui tient la première place. Faire quelque chose ensemble, partager des centres d'intérêt, échanger des expériences et, ce faisant, parfaire ses connaissances, tels en sont les attraits, les stimulants.

### Et qu'en sera-t-il de l'avenir?

Si la tendance persiste, qui consiste à se comporter d'une façon plus consciente, plus intelligente face à la nourriture, le fast food, en tant que mode d'alimentation malsain et dépourvu d'éthique, sera toujours moins présent. Aujourd'hui déjà, cela fait longtemps que salades et bœuf bio figurent au menu des chaînes de fast food. Les grossistes se mettent entièrement au bio, et les produits bio sont «fabriqués» en série. Et comme celui de bio, le mot durabilité est maintenant sur toutes les lèvres. La question reste posée: s'agit-il d'un phénomène de mode passager lancé par une minorité, qui va vite passer, ou d'un nouvel état d'esprit, durable, au sein de la société. Robert Sempach, psychologue nutritionniste, est convaincu que «la tendance à l'amélioration du rapport aux aliments et à l'alimentation va se



ANDREA BAUMANN

renforcer ces prochaines années. Comme la production de denrées alimentaires est toujours plus éloignée de notre quotidien, nous éprouvons un besoin croissant d'expériences primaires avec ce qui nous nourrit.» Thomas Ellrott, directeur de l'Institut de psychologie de l'alimentation de l'université de Göttingen, se montre un peu plus sceptique dans son analyse de la situation: «Il y a sans aucun doute des jeunes qui prêtent davantage attention à la qualité des denrées alimentaires qu'ils consomment. Cependant, il ne s'agit encore que d'un phénomène élitare.» Besoin humain d'expériences primaires ou phénomène isolé, une tendance réelle poussant les consommateurs vers davantage de qualité dans l'alimentation est indéniable. □

*«Faire quelque chose ensemble»: une fois par mois, les jardiniers urbains de la «Randenbrigade» se donnent rendez-vous dans le quartier de la Lorraine, en ville de Berne, et se régaler d'ingrédients fraîchement récoltés, récompense bien méritée de leur travail.*

### Slow Food Market Suisse

C'est du 11 au 13 novembre 2011 qu'aura lieu à Zurich, pour la première fois, le «Slow Food Market Suisse». Dans deux halles de cette foire zurichoise, une majorité de producteurs suisses présenteront leurs produits aux visiteurs du «Salon du bon goût», et les inviteront à les déguster, à en discuter et à les acheter. Ces «Laboratori del Gusto» comme on les appelle offriront à chacun la possibilité de découvrir, sous la houlette de professionnels, la saveur d'aliments raffinés ou tout simplement naturels. Et, en suivant le «parcours des sens alpinavera», nous pourrions affûter nos cinq sens jusqu'à l'apothéose finale: des délices gastronomiques à savourer en toute connaissance de cause!

Vous trouverez de plus amples informations sous [www.slowfoodmarket.ch](http://www.slowfoodmarket.ch).



## La reconquête de la ville

Des City-Fish de New-York aux City-Bees de Londres en passant par les Urban-Farmers-Box de Zürich, divers concepts se développent avec pour point commun, la ville comme lieu de production.

Des tulipes sur les îlots de circulation, des abeilles sur le toit des maisons, des légumes sur les friches industrielles, des poissons dans les arrière-cours – la ville, zone bâtie, vit une véritable renaissance. Et, à ce propos, la pisciculture semble tout particulièrement intéressante. Pour le biologiste américain Martin Schreibman, c'est clair: le poisson doit être élevé à l'endroit où on le mange. Et il a donné à son projet, qui a débuté à l'Université de Brooklyn, le nom de «City-Fish». Schreiberman a choisi le tilapia, un poisson d'eau douce qui se nourrit exclusivement de plantes. Et cette nourriture, purement végétale, ne produit que relativement peu de saleté. L'eau est régulièrement renouvelée, mais pas jetée, car les excréments qu'on y trouve constituent en effet un milieu nutritif idéal pour les algues cultivées par Schreibman.



*Le biologiste Martin Schreibman dans son laboratoire de Brooklyn.*



*Les «Urban Farmers Box» utilisés en Suisse.*

Les paysans citadins de Zurich, ou «Urban Farmers» comme ils se surnomment, se sont lancés eux aussi dans l'élevage de poissons. Cette jeune entreprise aimerait ramener l'agriculture dans la cité et, grâce à elle, revaloriser les surfaces urbaines inutilisées, les toits par exemple. Comme pour City-Fish, l'aquaculture entre en jeu mais les Urban Farmers entendent franchir une nouvelle étape. En utilisant la technologie aquaponique, ils associent aquaculture et culture hydroponique, c'est-à-dire qu'ils conjuguent, dans les mêmes eaux, l'élevage des poissons et celle des plantes. Dans la partie inférieure de ce que l'on appelle un Urban-Farmers-Box, nagent des poissons, et dans la partie supérieure ondulent de jeunes plants.

L'histoire des City-Bees de Londres est tout autre. Dans les parcs des grandes villes, fleurissent des arbres et des plantes exotiques, très rares ou d'essence noble. Un véritable eldorado pour les abeilles! Des apiculteurs fûtés ont détecté tout le potentiel de la chose. Si bien qu'aujourd'hui, sur les toits de la Mansion House, du Museum de Londres, de la cathédrale St. Paul comme sur de nombreux autres toits de la capitale anglaise, on a posé des ruches. La qualité du miel produit par les City-Bees a été jugée excellente.



*Sur les toits de Londres, deux apiculteurs urbains installent une nouvelle ruche.*

Qui n'a pas envie de cultiver peut directement récolter. Car nombreux sont ceux qui l'ignorent: dans les cités, on trouve plein de fruits et de de fruits oléagineux qui n'appartiennent à personne. Pour Brixton, au sud de Londres, il y a même une carte Google qui situe les arbres fruitiers. S'inspirant de l'initiative britannique, le site [mundraub.org](http://mundraub.org), créé à Berlin, indique où l'on peut trouver, en Allemagne, des baies, herbes aromatiques, noix et fruits mûrs qui peuvent être récoltés en toute légalité.