

Végétarien versus carnivore

Le bilan écologique fluctue fortement d'une denrée alimentaire à l'autre. Ces variations sont particulièrement visibles quand on compare des plats végétariens et des plats de viande. Le bilan de dix d'entre eux le montre: consommatrices et consommateurs peuvent préserver la planète selon ce qu'ils mangent.

PAR CORINA GYSSLER

Les végétariens sont-ils de meilleurs humains que les mangeurs de viande? En tout cas s'agissant du bilan climatique, les amoureux de la bidoche se retrouvent du côté négatif de la liste. Et cela pour des raisons toute simples: en rotant et en pétant, un bœuf émet chaque jour 150 à 200 litres de méthane, un gaz vingt fois plus nuisible au climat que le fameux gaz à effet de serre, le CO₂. Cela correspond à peu près aux émissions de CO₂ d'une voiture de classe moyenne sur 7000 à 8000 kilomètres. De plus, d'importants dégâts au climat naissent, d'une part, de la déforestation des forêts tropicales pour la culture du soja qui servira de fourrage et, d'autre part, de la fabrication de fertilisants qui engendrent le dégagement de protoxyde d'azote. Ce gaz a une capacité d'effet de serre 310 fois plus élevée que le CO₂ et renforce le réchauffement global.

Les Suisses aiment la viande

Lard, rôti, jambon: la consommation de viande en Suisse est importante. Nous mangeons de la viande neuf fois par semaine. En 2009, chaque habitant, nourrissons et végétariens compris, a ingéré en moyenne 52,4 kilos de

viande. Cette consommation de viande a une influence directe sur l'environnement car la production de viande exige beaucoup d'espace. Si, par exemple, on compare la culture du blé pour l'homme et celle de fourrage pour les bœufs, cette dernière occupe dix fois plus de surface.

Certes, les bœufs broutent aussi de l'herbe dans des prairies moins fertiles. Mais ils reçoivent aussi du maïs et du soja du Brésil. C'est ainsi qu'au total, sur un tiers de la surface cultivable du globe pousse du fourrage pour les bovins, la volaille et les porcs, alors que cette production est très gourmande en énergie. A part ça, la Suisse importe beaucoup de viande: 1600 tonnes de bœuf en 2009 pour le seul Brésil, un pays où les pâturages ont été gagnés sur la savane et les forêts qu'il faudrait pourtant préserver.

Manier la viande avec mesure

La viande et les produits laitiers, qui constituent un tiers de nos protéines, fournissent une part importante de l'alimentation mondiale. Il faut toutefois garder la mesure car «d'un point de vue écologique, la viande devrait être consommée comme une gourmandise et ne devrait pas figurer

Des exemples de menus de midi préparés dans des cuisines collectives le prouvent à l'évidence: les plats carnés chargent trois fois plus l'environnement que les plats végétariens.





ELISSA DUNN/FICKR



LARA NELL/FICKR

au menu de tous les jours», avertit Jennifer Zimmermann, diététicienne à WWF Suisse.

Cette opinion est confirmée par un profil écologique de la société de conseils en environnement ESU-services. Elle a comparé l'impact sur l'environnement de dix plats de midi typiques, cinq avec et cinq sans viande. La comparaison prend en compte, en plus des émissions de gaz à effet de serre, celles qui affectent l'air, les eaux de surface, la nappe phréatique et le sol. A cela s'ajoutent la consommation d'énergie, l'exploitation du terrain et le volume des déchets.

Le profil ainsi tracé montre que la production et le transport, surtout, différencient nettement les denrées alimentaires. Leur réfrigération et leur préparation jouent un rôle secondaire et n'ont, pour cette raison, été calculées que grossièrement. Finalement, les plats de viande provoquent des nuisances nettement plus élevées. En moyenne, ils polluent trois fois plus. La raison en revient à la production de la viande elle-même qui émet bien davantage de gaz à effet de serre.

Ce que confirme également la comparaison entre les deux menus préparés de façon similaire: d'un côté, l'émincé de veau avec rösti, de l'autre, un émincé de tofu à la zurichoise, où l'on a uniquement remplacé la viande par l'extrait de soja. Le premier affiche un bilan écologique trois fois moins bon que son pendant sans viande. Le choix des accompagnements de féculents et de légumes est secondaire tant qu'ils suivent les saisons et l'offre régionale.

Si quelqu'un voulait adapter son alimentation en fonction de critères écologiques, il ou elle ferait bien de limiter sa consommation de viande. C'est ainsi qu'on peut le mieux respecter la planète. □

Impact de plats typiques sur l'environnement

La méthode des unités de charge écologique (UCE) a été mise au point dans le but de rassembler sous un seul et même indice les différentes incidences écologiques découlant de la production de biens ou de services.

Plats avec viande UCE

Bœuf bourguignon avec frites	7488
Emincé de veau à la zurichoise avec rösti et carottes	5752
Ragoût d'agneau avec frites et petits légumes	5232
Côtelette de porc à la valaisanne avec rösti et carottes	4400
Cuisse de poulet rôtie avec frites et courgettes	3610
Moyenne des menus carnés	5332

Plats végétariens UCE

Poêlée de spätzlis jardinière	2247
Emincé de tofu à la zurichoise avec spätzlis et légumes	1928
Risotto	1475
Curry de légumes et riz complet	1285
Lasagnes de légumes	1197
Moyenne des menus végétariens	1913

Les exemples montrent qu'en moyenne les plats de viande chargent trois fois plus l'environnement que les menus végétariens. Et il y a également viande et viande! La viande de bœuf produit davantage d'UCE que la viande de porc ou le poulet. Ce qui est dû avant tout au fait que la vache et le bœuf, au contraire du porc et de la volaille, dégagent une grande quantité de méthane, très dommageable pour l'environnement. Mais il est une chose qui, en revanche, plaide en faveur des vaches: à l'inverse des autres animaux de rente, elles se nourrissent également d'herbages et non exclusivement de fourrage produit tout spécialement pour la production de viande.

SOURCE UCE: ESU-SERVICES