

La durabilité des aliments doit être évaluée correctement

CHÈRES LECTRICES, CHERS LECTEURS

Le chercheur néerlandais Peter de Jong est convaincu que pour évaluer la durabilité des aliments, il faut tenir compte non seulement de l'empreinte carbone, mais aussi des nutriments et composants réellement disponibles pour l'homme. Cela est particulièrement important pour les aliments d'origine animale, qui ont souvent une teneur plus élevée en protéines et une meilleure valeur biologique que les aliments d'origine végétale. La valeur biologique est une mesure de l'efficacité avec laquelle les protéines de l'aliment en question peuvent être transformées en protéines propres à l'organisme. Plus la valeur biologique d'une protéine alimentaire est élevée, plus les besoins quotidiens sont faibles.

Dans le monde entier, l'accent est mis aujourd'hui sur un approvisionnement suffisant en protéines de haute qualité, en acides aminés essentiels, en vitamines et en oligo-éléments. Selon l'ONU, trois millions de tonnes de protéines supplémentaires doivent être produites chaque année pour couvrir les besoins. Dans ce contexte, les protéines animales sont au centre de l'attention, car il faut en consommer beaucoup moins pour couvrir les besoins que les aliments d'origine végétale. Même si l'empreinte écologique est plus élevée, il peut donc être judicieux d'utiliser des aliments d'origine animale, poursuit le chercheur.

J'ai essayé de vérifier les affirmations du scientifique à l'aide de calculs pour la farine de blé, la viande de volaille et les œufs. La teneur en protéines de la farine est de 14 %, celle de la viande de volaille de 22 % et celle de l'œuf entier de 13 %. La valeur biologique de ces trois produits est respectivement de 56, 80 et 100. La part de ces aliments utilisable par l'homme donne pour le blé, lors de la mouture du grain, un taux d'exploitation de 75 %, pour la volaille une part de viande pure de 60 % et pour l'œuf une part de poids sans coquille de 90 %. Si l'on multiplie ces chiffres par aliment, on obtient pour le blé une valeur de 5,9 grammes de protéines disponibles pour l'organisme pour 100 g de substance initiale. Pour la viande de volaille, ce chiffre est de 10,6 grammes et pour l'œuf de 11,7 grammes.

Environ 45 % de l'approvisionnement mondial en protéines chez l'homme provient des céréales. C'est pourquoi la question se pose de savoir si, en termes de valeur biologique, il serait plus intéressant, au lieu d'ingérer directement la farine de blé, de donner le blé à nos volailles pour en manger ensuite la viande et les œufs? L'indice de consommation des volailles

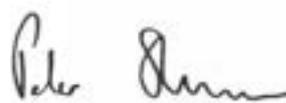
de race est de 1,5. Celui des hybrides de ponte de 2,0. Ce qui signifie qu'avec 1,5 ou 2,0 kg de nourriture, nous produisons 1 kilo de croissance ou 1 kg de masse d'œufs. Cette excellente valeur est le résultat d'un mélange de matières premières très diverses, parmi lesquelles le blé joue un rôle important. En outre, l'alimentation des volailles contient en moyenne 10 % de sous-produits issus de l'industrie alimentaire, qui ne peuvent pas être utilisés par l'homme et qui devraient sinon être éliminés. Ainsi, pour la production de viande de volaille, on obtient une valeur de 7,8 grammes de protéines assimilables pour 100 g de matière première et pour celle de l'œuf entier, une valeur de 6,5 grammes. Pour l'absorption directe du blé par l'homme, nous n'obtenons qu'une valeur de 5,9 grammes. Si l'on se base sur les protéines effectivement transformables, il est donc plus intéressant de valoriser le blé par le biais du poulet de chair ou de la poule pondeuse que de

le manger directement. En outre, la valeur d'un aliment pour la santé est déterminée par de nombreux autres facteurs, tels que la teneur en minéraux, en vitamines, le type de graisses, etc. pour lesquels la viande de volaille et les œufs obtiennent de très bons résultats.

Si l'on tient compte, lors de l'évaluation d'un aliment, uniquement de l'utilisation effective des protéines dans le corps humain et donc de l'utilité de la source de

protéines en question, on arrive à la conclusion qu'il est tout à fait judicieux, d'un point de vue nutritionnel, de valoriser les aliments végétaux via l'estomac animal.

Il est temps que d'autres facteurs importants soient pris en compte dans l'évaluation des aliments en termes de durabilité. C'est précisément dans ce contexte que les intentions de changement forcé de nos habitudes alimentaires, qui devraient conduire à une réduction massive des produits d'origine animale, doivent être jugées de manière très critique.



Peter Stadelmann,
Directeur

	farine	volaille	œufs
teneur en protéines brutes du produit	14 %	22 %	13 %
la valeur biologique de la protéine	56 %	80 %	100 %
Rendement du produit	75 %	60 %	90 %
protéines disponibles efficaces	5,9 %	10,6 %	11,7 %
valorisation des aliments		1,5	2,0
sous-produits dans l'aliments		10 %	10 %
valeur 1 kg produit de base	5,9 %	7,8 %	6,5 %
comparaison	100 %	133 %	111 %

