

# JE MISE SUR les poissons durables

Disparition des espèces,  
biodiversité en danger...  
Face à la surexploitation  
de la mer, que mettre  
dans nos assiettes ?

Par Catherine Bézard

**L**a pêche tricolore représente 25% de notre consommation, le reste est importé. « Résultat, on voit débarquer du saumon de Norvège ou du Chili, des crevettes d'Amérique centrale ou d'Asie, ou encore du thon pêché au Mozambique ou en Guinée! », s'indigne Frédéric Le Manach, directeur scientifique de l'association Bloom\*. La solution durable? Privilégier la pêche locale, artisanale, responsable et de saison.

\*Créée en 2005, elle lutte pour la préservation des océans et des espèces marines.

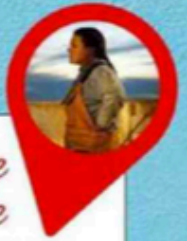
## LA SURPÊCHE : UNE MENACE POUR L'ENVIRONNEMENT

Initiée par Bloom, la bataille contre les chaluts profonds et la pêche électrique a abouti à leur interdiction en Europe. Les premiers raclent les fonds marins – espèces menacées ou juvéniles comprises –, la seconde utilise des filets à électrodes pour déloger et paralyser les poissons. Ces pratiques non sélectives rejettent à la mer 35% des prises mondiales\*.



Pour lutter contre la disparition des espèces, la Commission européenne a imposé des quotas en 1983. Alloués selon des volumes antérieurs aux captures, ils profitent à la pêche industrielle: maquereaux et cabillauds sont happés par des chalutiers-congélateurs, quand le thon s'offre à une poignée d'armateurs détenant 95% des quotas français...

\*Source: Food and Agriculture Organisation (FAO), institution des Nations Unies spécialisée dans l'alimentation.



## L'éclairage de l'experte

**Almaïde Mahaut, pêcheuse\*, issue de deux générations de marins**

« Notre flotte familiale est composée d'un chalut, de deux bateaux pélagiques de 15,95 m et d'un équipage de treize matelots. Je suis la seule femme à bord. Ça n'a aucune importance. Nous sommes payés à la part : une pour les matelots, une et demie pour les mécanos et deux parts pour le patron. J'ai 22 ans et j'ai grandi avec la conscience qu'il faut protéger l'environnement. De toute façon, si l'on rapporte trop de poissons, les prix chutent. De notre pêche dans la baie de Seine, une partie est vendue par ma tante et mon grand-père sous une tente, au Becquet, un village en lisière de Cherbourg. On ne peut pas faire plus frais. »

\*La jeune femme fait partie du 1,7% de femmes pêcheuses en France.

## Varié les plaisirs

Consommer local et de saison revient à délaisser les éternels saumons et cabillauds. Oubliés des étals et pourtant prisés des chefs étoilés, les poissons « moches » sont à privilégier, d'autant qu'ils s'accommodent de nombreuses façons. Parmi les moins connus, il y a les tacauds, congros, grondins, vives ou vieilles ; parmi les incontournables, les merlans bleus, sardines, mullets, maquereaux, rougets et, chez les céphalopodes, la seiche. On les choisit fraîchement pêchés, bien sûr : fermes, peau luisante, odeur iodée et non forte, ouïes intactes et regard brillant.

**A savoir.** Diversifier les espèces dans l'assiette en fonction de la saison et privilégier les produits de pêche côtière française restent les meilleures options pour une consommation plus responsable.

efficacement contre les plus grands, ils se structurent désormais en associations et vendent leur pêche en direct. Leurs noms sont donc bien plus précieux que les labels.

**A savoir.** Poiscaille (85) propose une vente directe, durable et éthique, et livre 48 h après la pêche partout en France, tout comme Les paniers de la Petite Laura (Granville), dont la pêche est issue de la baie du Mont-Saint-Michel. Pleine Mer ou Le Marché Vert mettent en ligne des cartes interactives de circuits courts et d'Amap. Poiscaille.fr, Lespaniers-delapetitelaura.com, Association-pleinemer.com, Lemarchevert.fr.

## Respecter les saisons

« Les stocks de bars s'épuisent et ne renouvellent pas, car ils sont capturés durant la période de fraie, quand les poissons s'agrègent pour se reproduire. Une véritable catastrophe écologique ! », avertit Ken Kanawa, secrétaire de l'association Les Ligneurs de la Pointe de Bretagne. Ces marins aux embarcations de moins de 12 m ne pêchent qu'à l'hameçon (ligne de main, de traîne, palangre...). Et de février à mars, ils laissent les bars frayer. Une pause biologique plus que nécessaire.

**A savoir.** Pavillon France est une marque collective créée en 2012 par France Filière Pêche (du producteur à la grande distribution), qui valorise la pêche française et garantit la qualité des produits. Un bémol cependant : il n'y a aucune exigence quant à la taille des bateaux. Pointe-de-bretagne.fr.



## Difficile de s'informer

Une fois encore, les mentions sur les étiquettes ne simplifient pas forcément le choix des consommateurs. L'étiquetage du poisson, obligatoire depuis 2014, doit indiquer le nom, l'identification en latin, la méthode de pêche et la zone géographique. Souvent illisibles ou incomplètes, ces étiquettes n'obligent pas de préciser la saison des captures, pourtant essentielle. Quant aux labels, ils sont remis en question : Pêche Durable, MSC ou Pêche Responsable restent trop évasifs sur les méthodes de pêche pour faire référence.

**A savoir.** En 2020, une enquête de l'UFC-Que Choisir a constaté que 95% des poissons surgelés sont non durables, 25% des poissons frais ne sont pas étiquetés, et que 69% des poissons frais et 74% des surgelés labellisés MSC ne sont pas durables.

## Soutenir la petite pêche

De 50000 en 1950, le nombre de pêcheurs est passé à 12000 aujourd'hui. « Ils représentent 80% des navires et la moitié des emplois de la filière, mais ils ne se partagent que 20% des ressources des côtes françaises. Alors que leurs bateaux (moins de 16 m) impactent peu les écosystèmes », déplore Frédéric Le Manach. Pour tenter de lutter plus