


La mer notre avenir. Les légumes de demain viendront de la mer

France - 03 Juin

 écouter



 Facebook

 Twitter < 2

 Google+



Achetez votre journal numérique

Céline ASTRUC et Bruno VAUDOUR

Si les algues sont présentes dans l'alimentation, elles n'appartiennent pas au patrimoine culinaire français. Rebaptisées légumes de la mer, elles ont du potentiel.

Dans 10 ans, les Français se concocteront-ils des omelettes au wakamé, passeront-ils à la poêle des haricots de mer pour accompagner leurs steaks ou réchaufferont-ils des lasagnes saumon et laitue de mer ? Pourquoi pas !

Peu de Français réalisent qu'ils consomment des algues depuis toujours sous la forme d'épaississants ou de gélifiants comme l'agar-agar. La cuisine moléculaire en a fait des stars capables d'encapsuler, dans des perles ou des billes, des saveurs diverses. Mais il a fallu attendre que l'ère des sushis s'ouvre, pour que les noms de nori, dulse, ulve, kombu royal... résonnent à l'oreille des gourmets. Les plus curieux s'essayaient aux soupes miso et salades de wakamé au côté des makis.

Avec la vague nipponne, les réticences à la dégustation d'algues alimentaires s'estompent, leurs bienfaits nutritionnels sont loués dans les blogs culinaires et diététiques. Les paillettes d'algues parfument d'iode pains, beures, pâtes et tartinables.

Peu caloriques, riches en oligo-éléments

À l'apéritif, les Français hésitent de moins en moins à surprendre leurs invités avec des rillettes et tartares d'algues. « **Le nom incite les plus réticents à tenter l'expérience**, s'amuse Régine Quéva, présidente de la consœurie les Croqueuses d'algues. **Évoquer le tartare, c'est faire du marketing.** »

Anecdotique, la question sémantique ? Les experts de la valorisation des algues l'estiment cruciale. Faute de référent culinaire, mieux vaut les rebaptiser légumes de la mer pour qu'elles intègrent les recettes occidentales.

Peu caloriques, riches en protéines, en minéraux et oligo-éléments, les algues brunes, vertes ou rouges ont tout pour séduire. À condition d'être accessibles, là où les Français font leurs courses régulièrement : les hypermarchés.

Le surgelé balbutie en France

Aujourd'hui, les aficionados les dénichent avant tout dans les boutiques asiatiques ou les circuits bio, séchées ou en saumure. Des présentations qui exigent réhydratation ou dessalage, tâches pas toujours maîtrisées en cuisine. Les algues fraîches, très périssables, ne se trouvent que sur les côtes.

Si le surgelé offre une alternative, connue et appréciée dans le monde, il balbutie en France. Algolesko s'est lancé dans l'aventure en mai. Ses algues bretonnes surgelées s'adressent aux industriels de l'agroalimentaire. À eux de les intégrer à des plats ou de les conditionner en sachets.

Découvrez notre édition spéciale **La mer notre avenir** en cliquant [ici](#)