

■■■ aliments dont il a besoin, d'autant que certains produits transformés paraissent très avantageux. C'est ainsi que le grand bloc des aliments industriels dont le nombre ne cesse de croître occupe maintenant près de 80 % des linéaires des supermarchés. Libéralisme oblige, aucune limite au développement incontrôlé de cette économie pseudo-alimentaire n'a jamais été affichée par les pouvoirs publics.

Cependant, des nutritionnistes conscients du problème ont alerté le public des risques liés à la consommation d'aliments ultratransformés, d'une composition totalement artificielle, sans oser toutefois affirmer qu'il fallait réduire globalement et très fortement l'offre en produits transformés de toute nature. Il n'est pas difficile d'imaginer l'opposition farouche que feraient les lobbies agroalimentaires face à une telle proposition frontale.



Même en étant vigilants, pour se faciliter la vie, nous avons du mal à nous passer complètement des aliments transformés (biscuits, jus de fruits, plats préparés...).

Alors l'État, qui doit toujours ménager les lobbies, a conçu pour se donner bonne conscience un Nutriscore, censé améliorer la qualité des aliments industriels. Résultat : cette initiative a permis de bonifier la composition nutritionnelle de certains produits, mais au bilan, c'est comme si les autorités de santé publique s'étaient tiré elles-mêmes une balle dans le pied, puisque cet apparent contrôle de l'offre industrielle a renforcé le grand ensemble des aliments transformés au détriment des aliments de base qui ne bénéficient pas d'un Nutriscore. Les concepteurs du Nutriscore ont sans doute mal perçu le biais de cet étiquetage, en focalisant leur attention sur des produits industriels plus standards. Résultat, le mal est fait et l'excès d'aliments transformés a ouvert la voie à des désordres nutritionnels sans fin. Cette offre est et restera fondamentalement déséquilibrée parce qu'elle ne contient plus les matrices végétales indispensables à l'entretien du microbiote intestinal, parce qu'elle est appauvrie en minéraux et micronutriments essentiels et enrichie en calories vides (sucres, gras, amidon, ingrédients purifiés divers), parce qu'elle est riche en sel, parce qu'elle est formulée avec trop d'additifs, d'arômes, d'émulsi-

fants, d'agents de texture... Elle n'est pas adaptée au statut et aux besoins nutritionnels de l'homme, dont elle va changer durablement le phénotype tout en augmentant les dépenses de santé.

Que l'homme accepte de se transformer durablement n'est pas une mince affaire

Notons aussi que, dans cette évolution, il est en train de perdre ses racines alimentaires, son patrimoine culinaire, ce qui le rend de plus en plus dépendant d'une nourriture industrielle et l'expose à des risques accrus de malnutrition. Mais il y a aussi d'autres conséquences négatives, une alimentation composée en majorité d'aliments transformés prive l'agriculture d'une rémunération légitime, lui laissant une part congrue, puisque l'essentiel de la valeur ajoutée est capté par l'industrie alimentaire et la grande distribution. Il n'est pas sûr que les agriculteurs en aient pris réellement conscience, eux qui pensent trouver leur salut dans l'agrandissement de leur ferme et l'assouplissement des normes pour l'utilisation des pesticides. Dans cette chaîne alimentaire dénutrée, il est clair qu'une bonne biodiversité ne pourra plus garder sa place, renforçant le caractère prédateur de l'espèce humaine, dont une grande majorité est simplement victime d'un système qu'elle contribue à entretenir, sans jamais l'avoir réellement choisi.

Alors que faire ?

Exiger que nos aliments soient bien transformés et limiter leur nombre, changer le contenu de leur assiette pour ceux qui en ont pris conscience et qui ont la faculté de le faire, et militer pour sonner la fin de la récréation alimentaire et de la dinette industrielle. Tout le monde peut s'y mettre, les partis politiques, les associations de consommateurs, les maires, des collectifs de citoyens, les médecins, les nutri-

tionnistes, les médias, l'homme de la rue. On entend déjà les lamentations sur les emplois perdus et le risque de chômage dans l'industrie agroalimentaire. Sachez que le retour vers une alimentation moins transformée pourrait se faire à budget alimentaire constant et générer autant d'emplois que dans le système industriel actuel ; ils seraient seulement de nature et de localisation différentes. Une reprise en main salutaire de notre alimentation ne pourrait qu'asseoir sa valeur économique et son importance sociale. Une alimentation moins riche en aliments transformés permettrait un soutien réel à l'agriculture et au renouveau des campagnes. Ce serait une priorité donnée à la gestion de la santé par l'alimentation, une révolte contre l'épidémie d'obésité et contre les autres formes de malnutrition, à l'origine de tant de pathologies insidieuses, la volonté ferme de développer une chaîne alimentaire bénéfique pour l'homme et la planète.

Puisse cette tribune servir de premier manifeste pour amorcer une nouvelle ère alimentaire durable, après un demi-siècle de dérives que l'on n'a pas su ou pu prévenir suffisamment tôt. Nous avons la possibilité et la responsabilité de préserver l'avenir humain en adaptant nos choix alimentaires et en nous engageant pour cette cause. La route sera longue mais il n'y a pas d'autre issue ■



> Christian Rémésy.

Christian Rémésy est un ancien directeur de recherche à l'Inrae. Il a focalisé son travail sur le potentiel nutritionnel des produits végétaux tels que les fruits et légumes ou le pain. Il est l'auteur de nombreux ouvrages dont La Nutriécologie (2020), Sauvons le pain (2022) et Sauvons notre alimentation (2024) chez Thierry Souccar.



Sauvons notre alimentation À table, citoyens !

Manger nous engage et c'est par nos choix alimentaires que nous parviendrons à donner les moyens de vivre aux paysans qui nous nourrissent, reconnecter l'agriculture aux besoins humains et à ceux de notre planète, réorienter les pratiques de l'industrie agroalimentaire et *in fine*, réduire nos dépenses de santé.

Pour rétablir le lien entre la terre, la table et notre santé, Christian Rémésy propose des solutions concrètes : sanctuariser les surfaces agricoles destinées à la vente directe, taxer les produits ultratransformés, diviser par deux notre consommation de produits animaux, valoriser les aliments bruts... De Christian Rémésy, éd. Thierry Souccar.

Zoom sur la filière de la bière bio

En France, l'avènement d'une filière biologique s'est fait progressivement, jusqu'à ce qu'une prise de conscience commune chez les agriculteurs et les consommateurs amène les pouvoirs publics à créer une Commission nationale en 1981. L'objectif était de rédiger les premiers cahiers des charges et de développer l'agriculture biologique.

Pour permettre une meilleure information des consommateurs, le ministère de l'Agriculture et de la Pêche a développé en 1996 le logo AB.

En janvier 2002, l'ATPUB (Association pour l'union des biérophiles) a réalisé une étude sur les bières biologiques. Le résultat montrait l'existence de 15 brasseries ayant au moins une bière biologique dans leur gamme, pour un total de 36 bières produites.

La certification restait alors perfectible : « Lors de nos recherches, le ministère nous a orientés vers les "certifieurs". À l'heure actuelle, un seul organisme certifie les bières biologiques : Ecocert. Mais ce dernier



La bière artisanale et bio... un produit qui séduit toujours autant, avec plus de 500 brasseries bio en France.

produits qu'ils ont certifiés... Il est ensuite possible de s'adresser au Syndicat européen des transformateurs et distributeurs de produits biologiques (Setrab), mais pour eux, il n'existe que six brasseries en France ! Enfin, la DGCCRF ne semble pas avoir de listing de ce qu'elle doit contrôler. Donc, le bio français dépend principalement de sociétés privées dont les contrôles semblent assez laxistes. »

Depuis le 1^{er} janvier 2009, l'Europe a décidé d'harmoniser les règles s'appliquant dans les différents pays de l'Union européenne.

Et depuis le 1^{er} juillet 2010, le logo européen est obligatoire pour les produits bio ■■■

n'a pas de listing national. En revanche, vous pouvez vous déplacer dans chaque département pour consulter sur place les

Voici comment vous Protéger efficacement des ondes

de tous vos appareils « Mobiles » et des Wifi de vos voisins, du compteur LINKY...



La nouvelle Technologie avant-gardiste de l'Ondehome est efficace :

3 Médailles d'Or et d'Argent en Salons des inventions, elle vous protège, partout où vous allez, du stress électromagnétique de votre téléphone portable, 4G, 5G, téléphones sans fil DECT, Wifi, Bluetooth, ordinateur, tablette, 220v, plaque à induction, four micro-ondes, voiture, LINKY...

Depuis 20 ans des dizaines de milliers de clients font confiance à la Technologie Ondehome pour être protégés (Voir Témoignages).

Patch et Pendentif ou Bracelet élastique 3 en 1 :
Nouveaux Circuits Anti-Ondes Tri-Alpha G6-X4S
+ Bijou de qualité supérieure en acier Inoxydable (il s'ouvre)
Ce Bracelet est en Perles de Verre irisées (Série limitée)
+ 7 Disques (de Couleurs aléatoires) en Feutre Diffuseur d'Huiles Essentielles (ou Parfum ou Anti-moustique...)

Découvrez-les sur : ondehome.com

Livraison rapide OFFERTE - Code Promo de -15% : bio64 - Satisfait ou Remboursé 60 jours
Voir tous les autres modèles sur le site - Commande par téléphone possible au 06 64 29 98 12 - Chèque accepté

■■■ alimentaires préemballés qui respectent le cahier des charges en vigueur au sein de l'Union européenne. Le logo français AB peut cependant toujours être utilisé.

Un nouveau cahier des charges pour l'agriculture biologique est entré en vigueur le 1^{er} janvier 2022.

Il indique l'ensemble des règles concernant la production, la transformation, la distribution, l'importation, le contrôle et l'étiquetage des produits biologiques.

Ce règlement encadre de façon plus stricte les règles de production et d'importation de produits biologiques.

Pour s'assurer qu'elles sont respectées, l'agriculteur ou le transformateur doit être contrôlé par un organisme agréé par l'État.

Cependant, d'autres labels existent, comme Nature & Progrès ou encore Demeter. Ces organismes sont privés, indépendants et ne sont rattachés à aucun ministère. Leur logo s'ajoute donc au logo AB et au logo européen. En général, les cahiers des charges associés sont plus contraignants et leur réglementation plus stricte.

Ainsi, l'association Nature & Progrès a rédigé un cahier des charges spécifique à la brasserie en 2013.

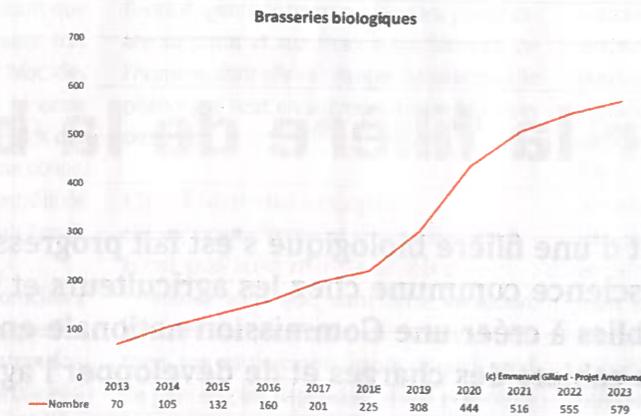


Pour faire certifier ses bières en bio, il faut qu'au moins 95 % soient des ingrédients d'origine agricole biologique.

Toutes les étapes liées à la production d'une bière font l'objet de spécifications précises. Ainsi, on mentionne la qualité des matières premières agricoles, l'origine de l'eau de brassage, la levure et son retraitement, les produits de traitement, le matériel et les procédés de brassage, l'hygiène et la gestion de l'eau, et même la traçabilité et l'étiquetage du produit fini.

En février 2024, on dénombrait 59 brasseries françaises sous mention Nature & Progrès.

Il est constaté que de plus en plus de jeunes brasseries utilisent des ingrédients biologiques, sans toutefois demander



Le nombre de brasseries bio n'a fait qu'augmenter ces dix dernières années.

une quelconque certification. En effet, les démarches sont parfois considérées comme contraignantes et coûteuses.

Les exigences à respecter

Pour la bière, qui est un aliment composé, la marque AB garantit un minimum de 95 % d'ingrédients d'origine agricole biologique. Les 5 % restants sont des produits non disponibles en bio en quantité suffisante (épices et aromates, par exemple).

La réglementation européenne a autorisé un seuil de 0,9 % de présence fortuite d'OGM. L'utilisation d'OGM étant interdite en agriculture biologique, la brasserie est tenue de se procurer une attestation de ses fournisseurs de non-présence d'OGM.

Avant de mettre sur le marché un produit bio, tout opérateur qui produit, prépare, stocke ou importe d'un pays tiers des produits doit :

- notifier son activité à l'Agence Bio ;
- soumettre son entreprise au système de contrôle via un organisme. Il en existe neuf en France, dont les coordonnées se trouvent facilement sur le site de l'Agence Bio.

Il est interdit de communiquer sur l'origine biologique des ingrédients si ces deux démarches n'ont pas été réalisées.

Outre leur mission de contrôle, les organismes certificateurs ont également un rôle de conseil et de guide dans les démarches.

Les brasseries produisant à la fois des bières biologiques et des bières conventionnelles devront mettre en place des procédures qui garantissent que les matières premières ne sont pas mélangées.

Les difficultés d'approvisionnement

Pour produire un litre de bière à 5 % d'alcool en volume, il faut utiliser entre 3 et 8 l d'eau potable (en incluant notamment le

nettoyage), environ 250 g d'orge, entre 1 et 20 g de houblon et moins de 1 g de levure.

Concernant le malt d'orge, les malteries industrielles produisent de telles quantités en une seule fois qu'il n'est plus possible pour un agriculteur d'y déposer son orge et de venir la récupérer après maltage. Les lots des différents agriculteurs sont mélangés, ce qui supprime la possibilité d'utiliser une orge d'origine géographique précise.

Ces grandes unités de production sont souvent spécialisées et ne produisent parfois qu'un seul type de malt.

Ainsi, pour s'approvisionner en malts spéciaux ou pour obtenir des malts biologiques, les microbrasseries doivent souvent faire appel à des malteries plus petites situées en Belgique ou en Allemagne.

Pourtant, là aussi, les choses sont en train de bouger, que ce soit par l'ajout d'une activité de maltage à une brasserie existante ou par l'installation de malteries régionales.

Ainsi, une bonne trentaine de brasseurs français sont également malteurs et produisent parfois même leurs céréales, tandis qu'on dénombre actuellement une quinzaine de malteries régionales presque toutes en production biologique.

Le houblon étant utilisé dans une proportion inférieure à 5 %, il est possible d'obtenir une dérogation pour produire une bière biologique avec du houblon conventionnel pour certaines variétés, en arguant de la difficulté à se procurer du houblon biologique français.

À l'exception des petits brasseurs cultivant eux-mêmes leur houblon et de néohoublonniers, il n'y a pas de gros producteurs biologiques en France. De plus, le rendement d'une houblonnière bio est inférieur à celui d'une houblonnière conventionnelle.

Enfin, il convient également d'être patient puisqu'il faut attendre la quatrième récolte avant d'être certifiable bio.

Cependant, les choses vont bouger, comme l'atteste la plantation récente par la Cophoudal (Alsace) d'une houblonnière sur des terres en conversion bio.

En attendant, les brasseries sont souvent obligées de se fournir à l'étranger.

Enfin, il est possible de s'approvisionner en levure certifiée bio. Les levures et produits à base de levures font l'objet d'un règlement d'application particulier (règlement CE

n° 1254/2008 du 15 décembre 2008).

Les principaux fabricants sont essentiellement des acteurs internationaux et, sauf à pratiquer la fermentation spontanée, il est probable qu'une levure provienne de l'étranger.

Dans ces conditions, le bilan carbone d'une bière biologique brassée en France est parfois de l'ordre du double de la filière traditionnelle, alors même que certaines brasseries allemandes produisent des bières « zéro CO₂ ».

L'intérêt réside dans une bière de qualité sanitaire irréprochable, dont les ingrédients peuvent provenir des quatre coins du monde.

Ceci ne répond donc pas à l'attente d'un nombre grandissant de consommateurs pour des filières réellement locales, comme l'atteste une campagne récente d'un géant de la distribution alimentaire s'engageant à « garantir le bio 100 % français accessible ».

Les choses s'améliorent rapidement car c'est dorénavant toute la filière amont qui est en effervescence, avec la mise en culture d'orge brassicole sur l'ensemble du territoire, l'arrivée des néohoublonniers et l'avènement des malteries régionales.

Il ne semble pas y avoir d'étude scientifique concernant l'impact des ingrédients biologiques sur le goût du produit final.

La place des bières biologiques françaises

Malgré ces contraintes, la place de la France est privilégiée. On dénombre ainsi 579 brasseries produisant uniquement des bières biologiques en décembre 2023.

On remarque une forte augmentation de la proportion de brasseries biologiques entre 2018 et 2020, vraisemblablement liée à une plus grande facilité d'approvisionnement suite à la multiplication du nombre de malteries régionales et de néohoublonniers sur cette période.

Il convient de rajouter à ces brasseries celles ayant au moins une bière bio dans leur assortiment.

Ainsi, la France se situe à une place nettement plus performante que la Belgique ou encore l'Allemagne, deux pays avec une « culture bière » forte.

Si l'on se base sur les notes de dégustation de Projet Amertume, on constate que pas moins de 1 087 bières biologiques françaises ont été testées, ce qui représente environ



Le houblon bio et français est une perle rare. Il est possible d'obtenir une dérogation pour produire une bière bio avec du houblon conventionnel pour certaines variétés.

14,07 % de l'ensemble des marques de bières françaises.

Aussi, on peut en déduire que la proportion de marques de bières biologiques est en forte hausse ces dernières années.

Ce chiffre de 14,07 % est réellement important. En effet, si l'on tient compte uniquement des bières ne provenant pas de France, on aboutit à un pourcentage bien moindre de 2,31 % de bières biologiques.

La France produit ainsi en proportion quatre fois plus de références de bières biologiques que la moyenne des autres pays.

Cela ne signifie pas pour autant que la France est un gros producteur en volume. En effet, la plupart de ces bières ne sont commercialisées qu'à l'échelle locale ou dans les réseaux spécialisés.

Quelles sont les motivations des brasseries ?

Si l'on excepte les produits labellisés Nature & Progrès, dont les contraintes spécifiques sont importantes, un tel engouement



La bière en France

Toutes les clés pour comprendre l'évolution du secteur brassicole français, au format électronique.

On débute par 300 pages d'analyse sectorielle, incluant des articles de fond, des statistiques, des tendances, des cartes et de nombreux graphiques. On poursuit avec le détail de 3 235 brasseries du XXI^e siècle, incluant leurs coordonnées, les contacts, la production annuelle... Sur la base des 7 723 bières françaises dégustées par l'auteur, vous découvrirez enfin les meilleures bières par style, et vous

comprendrez qu'il s'agit d'un pan entier de la culture de la bière qui est abordé.

De Emmanuel Gillard, éd. Projet Amertume.

Lien pour le télécharger : <http://projet.amertume.free.fr/bbf.htm>

Prix de l'ouvrage 11€, les sommes récoltées étant reversées intégralement aux Restos du Cœur.

ne peut avoir pour seule explication des convictions de développement durable. Les brasseries produisent bio également parce que le bio trouve un écho auprès des consommateurs. Et ceci notamment car la différence de coût avec les produits conventionnels est faible. L'offre biologique s'est peu à peu banalisée, comme le montrent les rayons dédiés au sein des grandes surfaces.

Peut-être qu'un jour les produits sans certification biologique seront appelés « non conventionnels » ! Qui sait ? ■

► Emmanuel Gillard
Biérologue.

► Contact

Projet Amertume

Site : projet.amertume.free.fr

Facebook : [projet.amertume](https://www.facebook.com/projet.amertume)

E-mail : projet.amertume@free.fr