

Le difficile retour sur le marché des légumineuses



Les enjeux

- Les Suisses consomment aujourd'hui 2 kg de légumineuses par an, contre 30 kg au XIX^e siècle.
- Des projets scientifiques visent à promouvoir la culture et la consommation de ces plantes qui s'inscrivent dans une perspective durable.
- Un gros travail de marketing et la mise en place de filières s'avèrent indispensables.

POINT FORT

Base de l'alimentation suisse pendant des siècles, les pois, haricots ou lentilles ont petit à petit été délaissés au profit de la viande. Vantés pour leurs valeurs nutritionnelles et leurs bienfaits environnementaux, ils tentent de revenir dans nos assiettes.

TEXTE Diane Zinsel · PHOTO Adobe Stock

Au XIX^e siècle, les Suisses consommaient en moyenne 30 kg de légumineuses par an. Cette part est tombée à 300 g en 2000 pour atteindre désormais 2 kg. «Je pense qu'elles étaient associées à la ruralité, à des mets très simples et rassasiants qu'on a voulu oublier dès qu'on a eu les moyens de manger de la viande», explique Ludivine Nicod, collaboratrice scientifique au sein de l'Institut de recherche de l'agriculture biologique FiBL, qui planche sur plusieurs projets visant à promouvoir la culture et la consommation de légumineuses.

Une question de coûts

Pour réussir la transition vers une agriculture plus durable, il faut introduire les légumineuses dans la rotation des cultures, relève la chercheuse. Avec leur forte teneur en protéines - 100 g de lupin contiennent autant de protéines que 100 g de blanc de poulet -, ces plantes permettent de diversifier l'assiette du public, offrant une alternative à la production de viande, polluante et très gourmande en ressources. Elles ont aussi une grande valeur environnementale, car elles enrichissent le sol. Grâce à la symbiose avec une bactérie installée sur leurs racines, les légumineuses se nourrissent de l'azote présent dans l'air et le fixent ensuite dans la terre pour les cultures suivantes. Malgré ces avantages, la culture de ces plantes et leur consommation

en Suisse restent discrètes. En 2024, un peu plus de 4700 hectares ont servi à faire pousser des pois, haricots, lentilles, lupins et autres pois chiches, et plus de deux tiers de la récolte ont été utilisés pour le fourrage animal. On est loin des plus de 140 000 hectares de céréales.

Comment expliquer ce difficile retour? Le prix, analyse Julien Bugnon de Dicifood, à Cottens (VD). «Les coûts de production ont du mal à convaincre les grands distributeurs et, comme l'importation de protéines végétales n'est pas taxée à la douane, nous sommes directement confrontés au marché international», explique celui qui se bat pour garder 5% du marché de la lentille à la Migros.

S'inspirer du soja

Heureusement, une petite part croissante de la population est prête à mettre le prix réel pour une alimentation plus durable et locale, estime Julien Bugnon qui produit entre 30 et 35 hectares, selon les années et la demande, de lentilles, pois cassés, haricots et pois chiches. Le

constat est partagé par le Wäberhof, une ferme bio située à Ins dans le Seeland bernois, qui consacre environ 5 de ses 45 hectares aux légumineuses et au soja. «Nous vendons tout sur des marchés ou directement à la ferme», précise Marlyse Messer qui y travaille en tant que responsable de la transformation. Pour que le marché décolle vraiment, il faudrait réussir à répliquer la success-story du soja, constate Ludivine

débouchés sont limités, il y a peu de raison pour que les agriculteurs renforcent leur production en la matière, note la chercheuse du FiBL.

Développement de filières

Si différents rapports montrent que les consommateurs sont intéressés à manger davantage de légumineuses, cela a encore du mal à entrer dans les habitudes et donc à se répercuter sur le marché. Plusieurs raisons viennent l'expliquer. «La population cherche encore comment manger des légumineuses sèches qui ne sont pas toujours adaptées à nos modes de vie

ou qui demandent un peu de logistique, avec parfois des temps de trempage longs», détaille Ludivine Nicod. À cela s'ajoute une méconnaissance de la diversité des légumineuses. La féverole par exemple, pourtant inscrite au patrimoine culinaire suisse, a presque été complètement abandonnée. «Un vrai travail de marketing et de mise en avant de recettes doit être réalisé.» Le Wäberhof transforme son soja en tofu, une partie de ses haricots en

tartinade et certaines de ses lentilles en galettes. La ferme a choisi de valoriser ses récoltes le plus possible toute seule, car même si la plus-value prend du temps, elle aboutit à un kilo plus rémunérateur. «Mais pour que cela fonctionne, on a besoin de filières qui nous aident dans le processus, ne serait-ce que pour trier la lentille de l'avoine, deux cultures qu'on récolte ensemble», abonde Marlyse Messer. Or, ajoutée-elle, la ferme «a eu beaucoup de difficulté à trouver un centre collecteur à proximité qui trie et supprime les pierres et les impuretés.»

Pour l'instant, les légumineuses les plus consommées sont celles qui entrent dans des snacks et qui se mangent facilement. On en revient à l'exemple réussi du soja et à la nécessité de voir tous les acteurs s'associer, résume Ludivine Nicod. La culture du pois chiche en Suisse s'est développée avec notamment la mise en place de filières qui produisent du houmous ou des falafels, celle des lentilles avec des salades vendues toutes faites. «Il faut des transformateurs industriels ou semi-industriels qui montrent le chemin tout en s'approvisionnant en matières premières locales.» Le retour des légumineuses dans les assiettes helvétiques se fera difficilement sans eux.