

## Poisson sauvage contre poisson d'élevage L'épreuve du goût

Le poisson sauvage est-il meilleur que celui d'élevage ? Pour tenter de les départager, nous avons organisé une dégustation à l'aveugle. Les résultats du match sont surprenants. RÉALISATION DANIELLE GERKENS || PHOTOS ÉLIE JORAND

**S**cène classique dans un dîner. Comme bien souvent, la conversation tourne autour de la cuisine et des produits alimentaires. Une réflexion : « *Il n'y aura bientôt plus que du poisson d'élevage.* » Les réactions fusent : « *Quelle horreur !* » ; « *Moi, je préfère en manger moins, mais je ne prends que le meilleur, toujours du poisson sauvage.* » La maîtresse de maison, ravie, rassure ses convives : « *Pas d'inquiétude, ce soir c'est un bar de ligne !* » Alors, pas bon, le poisson d'élevage ? Info ou intox ? Si les clichés ont la vie dure, l'élevage ne cesse de grappiller des parts de marché. Faut-il s'en désoler et regretter le poisson sauvage ? Ou plutôt reconnaître ses qualités ?

Au-delà des préjugés, nous avons voulu savoir ce qu'en penserait un jury de palais avertis. La solution pour déjouer tous les a priori : la dégustation à l'aveugle de poissons sauvages et des poissons d'élevage en choisissant des variétés courantes (bar, daurade royale, turbot, saumon). Aussitôt dit, aussitôt fait. Nous avons proposé à un jury objectif (critiques gastronomiques, auteurs

culinaires, poissonnier et spécialiste du goût) de se prêter au jeu. Et les résultats sont pour le moins surprenants...

Si certaines variétés de poisson gagnent le match en version sauvage (turbot), d'autres sont plébiscitées en version élevage (bar) ! Aucune vérité absolue donc, mais, bien au contraire, de multiples nuances... Certains de nos jurés ont été surpris eux-mêmes des résultats en découvrant qu'ils avaient pris un poisson sauvage pour un poisson d'élevage et vice-versa.

### La vraie différence : la cuisson

Conclusion : en terme de goût, il est désormais possible de faire confiance aux poissons d'élevage. Sachez toutefois qu'ils sont nourris avec des farines issues de poissons sauvages et que cela contribue donc à la disparition des ressources halieutiques.

Mais plus que la provenance du poisson, c'est avant tout la méthode de préparation qui modifie la qualité gustative. Moralité : respectez la chair de votre poisson et, sauvage ou d'élevage, il vous le rendra bien ! |•|

### LES DESSOUS DE L'ASSIETTE

Notre banc d'essai a été réalisé au restaurant La Cagouille, à Paris. Les sept membres du jury, dont Jacques Puisais, vice-président de l'Institut du goût, et Jean-Pierre Lopez, propriétaire de la poissonnerie du Dôme à Paris, ont dégusté à l'aveugle différents poissons sauvages et d'élevage (classique et Label rouge) de même taille et cuits de la même façon.



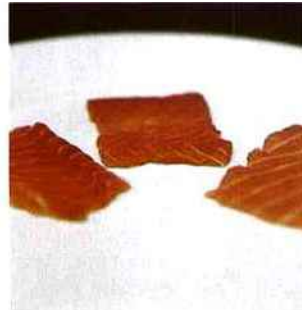
Saumon sauvage

Saumon Label rouge

Saumon d'élevage

## Le sauvage, pas toujours meilleur

Nos experts ont goûté quatre poissons. L'élevage est parfois sorti vainqueur.



### Turbot

Avantage au turbot sauvage

1<sup>er</sup> sauvage 7,9/10  
2<sup>e</sup> Label rouge 5,8/10  
3<sup>e</sup> élevage 5,4/10

Une victoire sans discussion pour le turbot sauvage ! Dans l'assiette, la différence est absolue et le turbot sauvage décroche une note moyenne nettement plus élevée que celle de ses cousins d'élevage, aux notes moyennes semblables. Le turbot sauvage a une « *chair très fine* », « *nacrée, ferme et goûteuse* », dont les « *fibres, nettes, se détachent bien* ». Le turbot d'élevage Label rouge (« *chair sèche* », « *arôme faible* ») obtient un score à peine plus élevé que le poisson d'élevage classique. Très mal noté, ce dernier se voit même attribuer des odeurs « *d'eau stagnante* » et une « *chair presque gélatineuse* ».

### Daurade royale

Ex aequo sauvage/élevage

1<sup>er</sup> sauvage 6,7/10  
1<sup>er</sup> ex aequo élevage 6,6/10

Le résultat est serré, aucun des poissons ne se démarque franchement. Lors de la dégustation au four, l'avantage (faible) va au poisson sauvage auquel certains jurés trouvent une « *chair bien marquée* », un « *goût iodé* », d'autres au contraire la trouvant « *ferme mais filandreuse* », « *sèche et neutre* ». Quant à sa cousine d'élevage, elle est qualifiée plusieurs fois de « *grasse* », sa texture est « *mouillée* » et sa chair « *cotonneuse* ». À l'inverse, lors de la dégustation d'un plat à peine cuisiné (un filet de daurade cuit à la vapeur et présenté avec un jus de coque beurré), c'est la daurade royale d'élevage qui gagne le match. L'un des jurés la qualifie même de « *sublime, très ferme, avec une réelle longueur en bouche* ».

### Saumon

Léger avantage au saumon sauvage

1<sup>er</sup> sauvage 7,2/10  
2<sup>e</sup> élevage 6,6/10  
3<sup>e</sup> Label rouge 5 8/10

Ce dernier exercice a été le plus surprenant pour le jury. En effet, il est rare de manger du saumon sauvage. On s'aperçoit ici que les palais sont formatés par l'expérience. Le saumon le plus familier étant celui d'élevage classique, c'est lui qui sert de « *réfèrent* ». Lors de la dégustation de saumon cru, le sauvage l'emporte nettement, tandis que poisson d'élevage classique et le Label rouge sont au coude à coude avec des notes inférieures. Le saumon sauvage a une couleur rose orangé plus pâle que celle de ses cousins d'élevage (due aux colorants qu'ils consomment), une saveur douce, une chair très ferme, peu grasse et à la texture soyeuse. Si la plupart des jurés ont préféré le saumon sauvage cru, certains ont privilégié le saumon d'élevage classique pour sa saveur « *franche* » et sa texture « *ferme* ». Mais la surprise vient de la dégustation du saumon cuit à l'unilatéral. Cette fois, le saumon sauvage et le saumon d'élevage classique obtiennent des notes identiques, tandis que le Label rouge est nettement moins bien noté. Les jurés vantent la « *chair ferme* » du sauvage, sa « *saveur délicate et peu grasse* ». Les saumons d'élevage se voient attribuer un « *arôme de thon* », une « *chair plus molle* » et un « *bel équilibre* ».

### Bar

Avantage au bar d'élevage

1<sup>er</sup> Label rouge 7/10  
2<sup>e</sup> élevage 6,5/10  
3<sup>e</sup> sauvage 5 1/10

Après cuisson, les morceaux de bar sauvage présentent une couleur plus claire que celle des poissons d'élevage. En bouche, la différence est stupéfiante lors de la dégustation en filet. Le bar d'élevage Label rouge écrase ses concurrents. « *Goût complexe* », « *texture parfaite, magnifique longueur en bouche* », « *vraie identité, saveur subtile* » : il conquiert la majorité du jury et décroche la note moyenne la plus élevée. En deuxième position, le bar d'élevage classique est honorablement noté par le jury qui relève un « *joli jus en bouche* », des « *senteurs marines* » et une « *chair moelleuse* ». Bon dernier, le bar sauvage de ligne, dont la texture est souvent qualifiée de « *molle* », et le « *goût (de) discret, peu typé* ». Les résultats de la dégustation de bar avec l'arête centrale ont été plus serrés, même si, cette fois encore, les poissons d'élevage l'emportent. Pas de distinction réelle entre poisson d'élevage classique et poisson Label rouge, dont les notes respectives sont très proches. Par contre, le bar sauvage est encore plus mal noté que lors de la première dégustation et il récolte des commentaires peu élogieux : « *saveur neutre* », « *texture sèche et farineuse* », voire « *note finale de savonnette* »...

### UNE DIFFÉRENCE VISIBLE À L'ŒIL

Côté look, les poissons diffèrent selon qu'ils sont sauvages ou d'élevage. Lorsqu'ils sont d'élevage, bars, daurades royales et saumons ont une silhouette plus épaisse, une queue plus courte et râpée et une tête plus ronde. Leur robe est, aussi, souvent plus claire. C'est frappant surtout pour les turbots. Les poissons sauvages présentent une peau couleur brun doré, un ventre uniformément clair de couleur ivoire. Quant à leur surface, elle est « *piquée* » d'aiguillons perceptibles sous la peau. Les turbots d'élevage – Label rouge ou classique – ont une peau gris foncé piquetée de points noirs. Les aiguillons sont à peine perceptibles, tandis que les ventres sont couverts de taches sombres.

## Les coulisses du test

Les poissons ont été cuisinés à basse température, puis servis de manière aléatoire à chacun des jurés. Voici les résultats détaillés de leur dégustation.

### Une dégustation à l'aveugle

Tous les poissons, produits ou pêchés en France, ont été dégustés nature, sans assaisonnement. Ils ont été choisis de taille similaire et achetés à Rungis par Jean-Pierre Lopez, de la poissonnerie du Dôme. Les membres du jury ont eu à apprécier ces poissons à l'aveugle. Chaque assiette contenait deux ou trois morceaux (sauvage, Label rouge, élevage classique selon les espèces) disposés de manière aléatoire en cuisine. Cette disposition variait donc d'un convive à l'autre à chaque dégustation et variait également de la dégustation d'une espèce à une autre. Pour chacune des espèces, une grille d'évaluation a été remplie par les convives. Ils devaient se prononcer sur diverses caractéristiques des poissons (vue, couleur, arômes, texture, goût) en cochant une grille allant de « très agréable » à « très désagréable ». S'y ajoutaient une évaluation de la longueur en bouche, allant de « très longue » à « très courte », et une note générale sur 10.

### Les méthodes de cuisson

**Bar :** un bar de ligne, un bar d'élevage Label rouge et un bar d'élevage classique. Tous trois ont été dégustés sous forme de filet, puis de darne avec l'arête centrale, après cuisson au four à moins de 100 °C.

**Daurade royale :** une daurade sauvage et une daurade d'élevage classique (les daurades royales d'élevage Label rouge n'étant pas disponibles en France au moment du test). Elles ont été dégustées sous forme de filet, après cuisson au four à moins de 100 °C, puis en filets pochés avec un jus de coque légèrement beurré.

**Turbot :** un turbot sauvage, un turbot d'élevage Label rouge et un turbot d'élevage classique. Ils ont été dégustés sous forme de morceaux avec l'arête centrale, après cuisson au four à moins de 100 °C.

**Saumon :** un saumon sauvage de l'Adour, un saumon d'élevage Label rouge et un saumon d'élevage classique. Ils ont été dégustés en lamelles crues, puis sous forme de filet cuit à l'unilatéral.

### NOTRE JURY

**Juré 1 :** Bruno Verjus, consultant gastronomique, auteur de *Tous en cuisine* (éd. Agnès Viénot) et *Le Pesto* (éd. de l'Épure).

**Juré 2 :** Danièle Gerkens, styliste, journaliste et auteur de livres de cuisine.

**Juré 3 :** Julien Fouin, rédacteur en chef de *Régal*.

**Juré 4 :** Blandine Boyer, styliste et journaliste culinaire.

**Juré 5 :** Jacques Puisais, directeur du laboratoire départemental d'analyses de Tours et vice-président de l'Institut du goût.

**Juré 6 :** Jean-Pierre Lopez, poissonnier, propriétaire de la poissonnerie du Dôme, 4 rue Delambre, Paris 14<sup>e</sup>.

**Juré 7 :** François-Regis Gaudry, critique gastronomique et journaliste au magazine *L'Express Styles*.

## Résultats (notes sur 10)

| ESPÈCE       | BAR         |             |                     |             |                   |             | TURBOT      |                     |                   | SAUMON      |                     |                   |             | DAURADE             |                   |             |             |             |             |
|--------------|-------------|-------------|---------------------|-------------|-------------------|-------------|-------------|---------------------|-------------------|-------------|---------------------|-------------------|-------------|---------------------|-------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
|              | SAUVAGE     |             | ÉLEVAGE LABEL ROUGE |             | ÉLEVAGE CLASSIQUE |             | SAUVAGE     | ÉLEVAGE LABEL ROUGE | ÉLEVAGE CLASSIQUE | SAUVAGE     | ÉLEVAGE LABEL ROUGE | ÉLEVAGE CLASSIQUE | SAUVAGE     | ÉLEVAGE LABEL ROUGE | ÉLEVAGE CLASSIQUE |             |             |             |             |
|              | FILET       | DARNE       | FILET               | DARNE       | FILET             | DARNE       |             |                     |                   |             |                     |                   |             |                     |                   | CRU         | CUIT        | CRU         | CUIT        |
| JURÉ 1       | 6           | 5           | 7                   | 6           | 8                 | 7           | 8           | 5                   | 7                 | 7           | 9                   | 5                 | 5           | 8                   | 6                 | 8           | 7           | 5           | 5           |
| JURÉ 2       | 4           | 5           | 8                   | 4           | 7                 | 7           | 9           | 7                   | 6                 | 8,5         | 9                   | 5                 | 6           | 7                   | 7                 | 7           | 8,5         | 4           | 6           |
| JURÉ 3       | 5           | 6,5         | 9                   | 4,5         | 6                 | 9,5         | 9,5         | 6,5                 | 5                 | 7           | 7                   | 4                 | 5           | 8                   | 8                 | 8           | 6           | 9,5         | 9,5         |
| JURÉ 4       | 4           | 4           | 8                   | 7           | 6                 | 7           | 6,5         | 7                   | 6                 | 6           | 8                   | 8                 | 5           | 6                   | 7                 | 7           | 6           | 5           | 8           |
| JURÉ 5       | 5           | 6           | 6                   | 8           | 8                 | 8           | 8           | 4                   | 3                 | 8           | 5                   | 7                 | 7           | 5                   | 8                 | 5           | 4           | 7           | 7           |
| JURÉ 6       | 4           | 5           | 10                  | 8           | 5                 | 4           | 10          | 3                   | 5                 | 8           | 4                   | 6                 | 6           | 4                   | 8                 | 4           | 10          | 8           | 6           |
| JURÉ 7       | 8           | 4           | 5                   | 7           | 4                 | 5           | 4           | 8                   | 6                 | 6           | 8                   | 7                 | 6           | 5                   | 6                 | 8           | 5           | 5           | 8           |
| <b>TOTAL</b> | <b>5,14</b> | <b>5,07</b> | <b>7,57</b>         | <b>6,36</b> | <b>6,29</b>       | <b>6,79</b> | <b>7,86</b> | <b>5,79</b>         | <b>5,43</b>       | <b>7,21</b> | <b>7,14</b>         | <b>6</b>          | <b>5,71</b> | <b>6,14</b>         | <b>7,14</b>       | <b>6,71</b> | <b>6,64</b> | <b>6,21</b> | <b>7,07</b> |

**Le lieu.** Le banc d'essai "poissons sauvages-poissons d'élevage" a été réalisé à Paris au restaurant La Cagouille. Ce restaurant dirigé par Gérard Allemandou et André Robert est, depuis près d'une vingtaine d'années, le rendez-vous favori des amateurs de poisson. L'adresse idéale pour travailler, préparer et tester nos poissons : *La Cagouille, 10, place Constantin-Branconi, Paris 14<sup>e</sup>. Tél. : 01 43 22 09 01.*