



Laitues d'hiver Moins de pe

Les laitues pommées bio se révèlent exemptes de pesticides. Plus

«Bonne nouvelle: toutes les salades sont conformes et les taux de pesticides largement en dessous des normes.» Didier Ortelli, du Service de la consommation et des affaires vétérinaires (SCAV) de Genève, ne cache pas sa satisfaction: «Il semblerait que le travail d'information que nous avons effectué auprès des producteurs locaux porte ses fruits.» Et pour cause, deux ans plus tôt, début 2008, le SCAV tirait la sonnette d'alarme: près des trois quarts des salades d'hiver importées et un tiers des salades d'hiver suisses contenaient de grandes quantités de ces substances indésirables: 7% des échantillons suisses étaient même non conformes, avec des concentrations de résidus de pesticides supérieures aux valeurs limites. A l'époque, il n'était pas rare de retrouver cinq ou six molécules chimiques dans une même salade, contre trois au maximum mesurées dans nos dix échantillons prélevés début décembre. Par ailleurs, tous les résidus de fongicides et d'insecticides se situent largement en dessous des valeurs de tolérance.

Quand la météo s'en mêle

Ces résultats positifs sont toutefois à nuancer, car les quantités de pesticides peuvent varier en fonction de la

température et des taux de précipitations. Les producteurs utilisent moins d'insecticides et de fongicides lorsque les conditions météorologiques sont optimales, avec peu d'humidité. D'un autre côté, si les températures sont douces, les salades poussent plus vite: le délai entre le traitement et la vente est ainsi raccourci, et les résidus seront présents en plus grande quantité dans les salades au moment de leur consommation. Selon Didier Ortelli, «si les conditions climatiques changent durant le prochain mois, nous pourrions avoir des résultats différents, avec des valeurs plus élevées. Néanmoins, par rapport à 2008, on peut tout de même constater une diminution du nombre de pesticides utilisés et des teneurs mesurées.»

De plus, l'absence de pesticides dans les laitues bio est de bon augure. Les cahiers des charges sont respectés, même si les salades bio sont difficiles à trouver sur nos étalages en saison hivernale. Mieux encore, la salade pommée du marché de Lausanne, qui n'affiche pas de label bio, est complètement exempte de pesticides. Comme quoi, il est possible de produire des légumes sans substances indésirables... Alors inutile d'avalier n'importe quelle salade!

Huma Khamis



Cocktail de pesticides

Les salades d'hiver sont produites en serre, dans une atmosphère confinée, chaude et humide. Ces conditions sont propices au développement d'insectes et de champignons auxquels les laitues pommées sont plus sensibles. Pour contrer ces parasites, les producteurs utilisent couramment des mélanges de pesticides qui augmentent les effets synergiques et évitent l'émergence de résistance.

Qualités nutritives des salades

Très peu calorique, la salade est essentiellement composée d'eau (jusqu'à 96%). Ses teneurs en vitamines C et E, en provitamine A et en oligo-éléments (potassium, phosphore, calcium et zinc) sont très intéressantes sur le plan nutritionnel.

✓ oui ✗ non	LAITUE POMMÉE	BATAVIA	LAITUE POMMÉE
LIEU D'ACHAT	MARCHÉ Lausanne	MIGROS	COOP
PRIX INDICATIF	2 fr. 50	2 fr. 80	3 fr. 50
PROVENANCE	Suisse	France	France
BIO	✗	✓	✓
NOMBRE D'INSECTICIDES	0	0	0
NOMBRE DE FONGICIDES	0	0	0



sticides dans nos assiettes

surprenant, une de leurs sœurs de culture traditionnelle aussi!



Sagep78

A chaque saison sa salade

En février, les salades de saison à recommander sont plus particulièrement: l'endive, la betterave, le rampon, le chou chinois, le chou rouge, le pain de sucre, la carotte, le céleri.

Pour ne plus jamais perdre la notion du temps, à chaque numéro, *FRC Magazine* vous signale désormais les fruits et les légumes de saison. Rendez-vous en page 20.

Petites molécules, mais grandes inconnues pour la santé

Or ces substances se retrouvent finalement sous forme de résidus dans nos aliments et dans l'environnement, où elles peuvent soit s'accumuler, soit être dégradées. La loi définit des valeurs limites ou des valeurs de tolérance pour chaque pesticide en fonction de ses effets sur les êtres vivants et l'écosystème. Certains produits chimiques utilisés actuellement sont reconnus pour provoquer des cancers, des troubles de la fertilité, du développement

ou des problèmes neurotoxiques, lorsqu'ils sont absorbés à forte dose. Cependant, les effets sur la santé de ces molécules ingérées en faible quantité sur une longue durée sont encore mal connus. Il en est de même pour l'exposition au mélange de substances... De son côté, l'Office fédéral de l'agriculture se veut rassurant: «De nos jours, on s'accorde à affirmer que, en raison de réflexions théoriques et de résultats issus d'ex-

périences sur des mélanges, l'apparition de résidus multiples dans les denrées alimentaires ne présente pas de risques pour la santé.» Pourtant, les scientifiques ne sont pas tous unanimes sur ce point: «Certes, l'effet cocktail (*ndlr: l'absorption de faibles doses de plusieurs pesticides sur le long terme*) n'est pas démontré, mais il n'est pas non plus formellement démenti», souligne Didier Ortelli, chimiste cantonal délégué au SCAV.

LAITUE POMMÉE	LAITUE POMMÉE	LAITUE POMMÉE	LAITUE POMMÉE	LAITUE POMMÉE	LAITUE POMMÉE	LAITUE POMMÉE
ALNA Genève	ALDI	MIGROS	CASINO	COOP	MANOR	DENNER
4 fr.	1 fr. 59	2 fr. 20	2 fr. 40	2 fr. 40	2 fr. 40	2 fr. 45
France	Suisse	France	Suisse	Suisse	Suisse	Suisse
✓	✗	✗	✗	✗	✗	✗
0	0	1	1	1	0	2
0	1	0	1	2	3	1

Le bio n'est pas le seul gage de qualité

D'une manière générale, les pommes bio sont plus coûteuses à l'unité que les salades issues de l'agriculture conventionnelle. En effet, les producteurs bio prennent plus de risques lors de la culture sans pesticides, aussi reportent-ils un rendement plus faible sur le coût final du produit (lire aussi «Dossier prix panier bio»). Il n'en reste pas moins que les écarts de prix sont parfois dissuasifs: la plus chère d'entre elles provient du magasin Alna, à Genève.

Vendue à 4 francs, cette salade ne contient aucun pesticide. Mais son homologue classique, vendue au marché de Lausanne à 2 fr. 50, fait tout aussi bien en termes de qualité. La moins chère du test, d'Aldi, ne coûte que 1 fr. 59 et ne contient qu'un seul fongicide, à des concentrations extrêmement faibles. **H. K.**



Toutes les variétés de salades sur www.frc.ch

Protocole de test

Six salades par enseigne ont été achetées au début du mois de décembre. Le laboratoire a recherché la présence de plus de 450 substances actives allant des anciens pesticides organochlorés (persistant dans l'environnement et généralement interdits) ou organophosphorés (qui agissent sur le système nerveux des parasites de manière aiguë) aux pesticides les plus modernes (qui se dégradent généralement plus rapidement, et de toxicité moindre pour les organismes et l'environnement). Les résidus mesurés sont comparés aux valeurs de tolérance et aux valeurs limites.

LE JEU DES TROIS DIFFÉRENCES



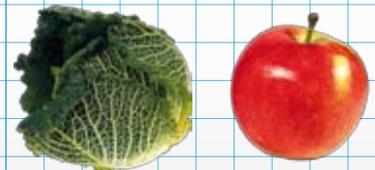
Laitue pommée bio de Coop:
pas de pesticide retrouvé



Laitue pommée de Coop issue de l'agriculture classique:
1 insecticide et 2 fongicides retrouvés.

CONSO — MALIN

- Les salades cultivées localement nécessitent moins de pesticides pour supporter les trajets et sont mieux contrôlées. Les salades de saison contiennent aussi moins de pesticides.
- Afin d'éliminer les éventuels pesticides, enlevez les feuilles extérieures. Un lavage suivi d'un trempage évacue aussi une partie des pesticides, sans pour autant les éliminer complètement. En effet, certains d'entre eux pénètrent profondément dans les feuilles.
- Au moment de l'achat, préférez les salades sans feuilles fanées. Les plus fraîches ont la base des feuilles bien blanche.
- Pour profiter au maximum de ses qualités nutritionnelles, consommez la salade la plus fraîche possible, même si elle se conserve entre trois et cinq jours au frigo, dans un torchon humide.



Fruits: pomme, poire
Légumes: betterave, carotte, céleri, chou, chou rouge, chou-rave, endive, panais, poireau, rampon, scorsonère et topinambour... sans oublier la pomme de terre.