

► **Viande rouge**

# Le steak haché passe à la moulinette

Barbara Pfenniger et Lionel Cretegy

Hamburger ou steak haché, du pareil au même? En Suisse, la définition est floue. Nos analyses montrent des taux de matières grasses et de sel plus élevés dans le second.



Non, nous n'avons pas fait deux heures de queue en quête d'un «burger-doudou-ou-madeleine de Proust» pour reprendre une formulation entendue récemment justifiant la ruée vers les *drive* des fast-foods. Steak haché et hamburger de bœuf - mets rêvé des tout-petits et produit idéal pour les grillades estivales qui s'annoncent - se pavanent depuis longtemps dans les rayons.

Vendus frais ou congelés, il y en a pour tous les goûts et de toutes les tailles. Douze produits sortis des rayons frais ont été expédiés en laboratoire.



Objectif de ces analyses: connaître les taux de protéines, de matières grasses et de sel de ces barquettes et faire chercher d'éventuelles bactéries dans une denrée particulièrement fragile.

**Cadre strict**

Le *Grand Larousse gastronomique* définit un hamburger comme un «bifteck haché rond et épais, constituant un élément de base du barbecue américain traditionnel». Steak haché et hamburger seraient donc identiques en France: une viande de bœuf hachée et moulée. En Suisse, le «Code des usages pour des viandes et des produits carnés de qualité» permet d'y ajouter de nombreux ingrédients: de la graisse ou du lard, de l'eau, du sel de cuisine, des épices, des additifs et des ingrédients comme de la panure ou de la chair à saucisse, selon la recette choisie. Un hamburger doit contenir au moins 80% de viande. Il n'y a pas de limite pour un steak haché comme le montre le steak haché Piccante qui en contient 79%. Tous doivent porter la dénomination «préparation de viande» au-dessus de la liste des ingrédients, car seule une viande hachée moulée pure contenant moins de

**ASTUCE CULINAIRE**

Ce qui fait un bon burger, c'est la viande et le pain. De plus en plus de petits boulangers proposent des buns: à tester, car bien meilleurs que les pains industriels. Ensuite, pour les ingrédients, c'est chacun ses goûts. Mais il ne faut pas hésiter à être créatif! Et pour la sauce, versez-la sur le pain pour qu'il s'imbibe, et non pas entre deux feuilles de salade. En plus, vous en aurez moins sur les doigts!

1% de sel ajouté peut être appelée «viande» sans autre (Black Angus Burger et Hacksteak de Bell). Pour sélectionner un produit de qualité, il vaut donc mieux se fier aux informations figurant sur la face arrière qu'à l'appellation attrayante de la face avant.

La viande hachée est une denrée très périssable: son humidité et les protéines offrent un milieu idéal à la prolifération des bactéries et le fait de hacher le produit augmente d'autant la surface à coloniser. Cet aliment doit toujours être conservé dans la partie la plus froide du frigo, a priori la plaque inférieure. Fraîche, la viande doit être consommée le jour même. Si elle est préemballée, elle se conserve plus longtemps. Le fabricant la travaille alors dans une salle ultra hygiénique et la conditionne automatiquement, sans intervention humaine. Un mélange d'oxygène et de CO<sub>2</sub>, voire de l'azote, remplace l'air dans l'emballage conférant au morceau une belle couleur

rouge. L'étiquette doit alors indiquer «conditionné sous atmosphère protectrice», préciser la température de stockage et rappeler qu'il faut bien cuire la viande, car sa coloration peut masquer certaines détériorations. Dans notre panel, les échantillons Lidl et Aldi sont positifs au test de listeria et le nombre de germes aérobies du Naturafarm de Coop signale un problème dans la chaîne de production, sans toutefois être dangereux pour la santé.

**Verdict clair**

Les résultats de laboratoire mettent en évidence que les barquettes de burgers les plus chères sont de meilleure qualité. Deux des trois steaks hachés qui finissent en queue de classement se démarquent négativement, notamment à cause d'une liste d'additifs et d'arômes bien trop longue. Le produit bio de Migros s'en sort bien, même s'il est trop gras. Le Naturafarm de Coop se retrouve pénalisé par la taille des portions, très petites, et son bas taux de protéines par portion. En tête du classement, le Beefburger de Manor, à ne pas confondre avec son homologue à la ciboulette, non testé, n'est pas loin de la perfection. Renseignements pris, il est haché et conditionné sur place par la boucherie du magasin. Moralité: rien ne vaut une préparation minute faite par le boucher sous vos yeux. Et inutile de s'inquiéter, le burger résiste très bien à la cuisson, sans s'émietter.



Tous les tests comparatifs ► [test.frc.ch](http://test.frc.ch)



	BEEFBURGER Manor	HACKSTEAK STEAK HACHÉ Bell	BEEFBURGER Naturaplan	STEAK HACHÉ DE BŒUF Migros bio	STEAK HACHÉ DE BŒUF Naturafarm	BURGER BŒUF Prix Garantie	BURGER DE BŒUF M-Budget	BLACK ANGUS BURGER <sup>(2)</sup> BBQ	STEAK HACHÉ DE BŒUF M-Classic	BEEF-BURGER Denner	BEEFSTEAK HACHÉ PICCANTE Migros	HAMBURGER Bonvalle
DISTRIBUTEUR	Manor	Coop	Coop	Migros	Coop	Coop	Migros	Aldi	Migros	Denner	Migros	Lidl
CONDITIONNEMENT (PIÈCES)	1	2	2	2	4	2	4	4	2	2	2	4
POIDS (G)   PORTION (G)	134 <sup>(1)</sup>   134 <sup>(1)</sup>	240   120	200   100	230   115	280   70	200   100	400   100	480   120	202   101	200   100	240   120	400   100
PRIX   PRIX/KILO	3.70   27.50	6.95   28.96	6.50   32.50	6.30   27.39	7.75   27.68	2.75   13.75	5.50   13.75	9.99   20.81	3.35   16.58	3.95   19.75	5.30   22.08	2.99   11.96
ADDITIFS ET ARÔMES (25%)	●●	●●	●●	●●	●●	●●	▲	■	▲	▲	▲▲	▲▲
GRAISSES (25%)	●●	■	■	▲	■	▲	■	▲	■	▲	■	▲
SEL (25%)	●●	●●	●	●	●	▲	■	●	■	■	■	■
PROTÉINES (20%)	●●	●	●	●	▲	■	●	●	●	■	●	●
BACTÉRIOLOGIE (5%)	■	■	■	●●	▲	●●	●●	■	●●	●●	■	■
APPRÉCIATION GLOBALE	●● 87,8%	● 77,6%	● 70,1%	● 67,5%	● 60,2%	■ 57,9%	■ 53,2%	■ 52,6%	■ 45,8%	■ 44,3%	▲ 39%	▲ 37,9%