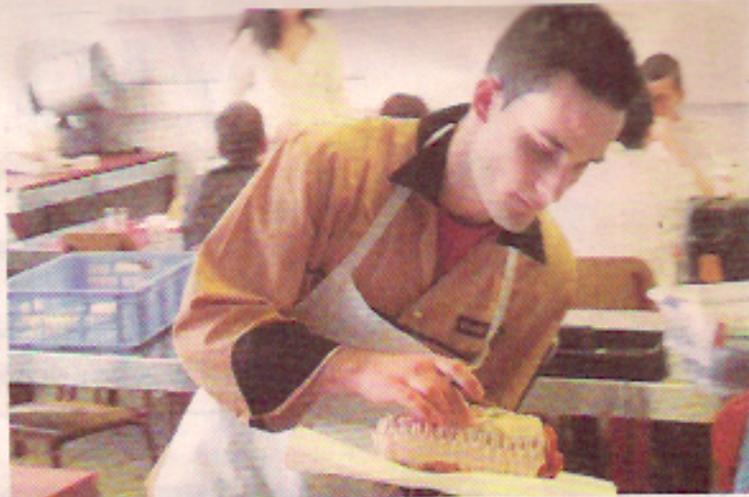


La viande – bonne aussi pour le psy- chisme?



Il n'y a pas très longtemps, l'Université de Hildesheim a publié les résultats d'une recherche approfondie du rapport entre une alimentation sans viande et l'apparition de troubles psychiques. A cet effet ils ont formé deux groupes d'environ 240 personnes chacun, mangeurs de viande et végétariens, avec une répartition équivalente concernant le sexe, l'âge, le niveau de formation et la dimension du lieu de domicile. Cette manière de procéder devait permettre d'éviter d'emblée les distorsions des résultats, comme on les constate malheureusement dans divers travaux scientifiques sur la santé physique soi-disant meilleure des végétariens. Les résultats de l'étude allemande qui vient d'être publiée ont montré que les végétariens souffrent nettement plus souvent de dépression, d'anxiété, de troubles psychosomatiques et du comportement alimentaire que les mangeurs de viande. Il n'a cependant pas été possible de prouver l'existence d'une relation de causalité entre le renoncement à la viande et l'état psychique des personnes concernées. Ce sont plutôt les facteurs psychiques qui semblent jouer un rôle qui favorise à la fois l'apparition de maladies psychiques et le passage à un mode d'alimentation sans viande. De même, ces déclarations semblent ne s'appliquer qu'au mode de vie occidental. Le groupe de chercheurs autour de Johannes Michalak, de l'Institut de psychologie de l'Université de Hildesheim, suppose que ce qui pousse de nombreux végétariens à renoncer à la viande est une attitude fondamentalement portée à une remise en question critique du mode de vie pratiqué jusque là, une plus grande réflexion ainsi que toujours plus de doutes. Ils confirment ainsi, selon leur propre interprétation, un fait connu depuis longtemps: la consommation de viande a beaucoup à voir avec le plaisir et la joie de vivre, des éléments qui permettent au moins de limiter l'apparition de problèmes psychiques, pour ne pas dire qui les empêchent carrément. On le sait, en raison de sa haute teneur en substances alimentaires vitales et biologiquement facilement assimilables, la viande est d'une importance capitale pour une alimentation saine. Avec cette étude sur l'effet de sa consommation sur le psychisme vient s'ajouter encore un nouvel argument de poids – et désormais aussi corroboré scientifiquement – en faveur de la consommation de viande qu'il s'agit également de faire connaître de tous!

Ruedi Hadorn, directeur de l'USV



Il fallait entre autres être précis et rapide.

de travail. Les conseils étaient apportés par François Mulette, couronné meilleur ouvrier de France il y a quelques années et qui a accompagné l'entraînement de l'équipe suisse à Montreux.

A Lyon, une cinquantaine de fans suisses étaient présents pour soutenir leur équipe. Bon nombre d'apprentis de l'École professionnelle de Montreux avaient fait le déplacement, accompagnés de plusieurs enseignants.

Gigot d'agneau Guillaume Tell

En quatre heures, les candidats devaient découper, désosser et parer un demi agneau, désosser un rumpsteak de bœuf et préparer un carré de veau, ainsi que dresser des tournedos, préparer trois articles prêts à cuisiner (dits presto) et un «apéritif du Boucher».

Le menu présenté par notre équipe comprenait entre autres un gigot d'agneau farci façon Guillaume Tell (avec du jambon cru du Valais),

des toasts de filet d'agneau rôti aux herbes suisses, du carpaccio de veau cacaoté, un rôti de veau au pain d'épices et aux pistaches et un tartare de bœuf aux deux sésames en tartelettes.

Stéphane Devallonné avait mis en exergue du projet commun la devise: «Volonté, courage et abnégation = réussite.» Armand Stuby et Justin Tschannen ont validé la parole du sage.

L'équipe suisse remercie tout particulièrement l'École professionnelle de Montreux et son Directeur M. Pierre Durussel, M. le Directeur Adjoint Pierre Gex et M. Chatagny, Doyen de la section, la DGEP et son Directeur Général Adjoint M. François Chapuis, l'AVMBC et son Président M. José Naef, l'entreprise Léguvriera qui a mis les fruits et légumes à disposition, et la Boucherie Stuby qui a fourni la viande. Sans eux, la participation au concours et ce beau succès n'auraient tout simplement pas été possibles. *ew (Lz)*



Voilà l'équipe: Armand Stuby, Stéphane Devallonné et Justin Tschannen.