

Œufs de poisson Le rouge

Ils s'invitent aux repas de fête comme aux apéritifs et agrémentent joliment les mets tout à fait abordables. Mais gare aux bévues! Test et guide d'achat pour clore cette

ŒUFS DE LOMPE UN SUCCÉDANÉ QUI MÉRITE D'ÊTRE CONDAMNÉ



Les œufs de lompe sont considérés comme une imitation bon marché du caviar... mais leur coût écologique est important. En effet, selon le WWF, cette espèce est fortement menacée dans l'Atlantique Nord en raison de la surpêche en chalut. Aussi, seuls les produits provenant d'Islande et capturés par filet sont acceptables. Par ailleurs, au naturel, les œufs de lompe sont d'une couleur grisâtre. Ils sont donc teintés en noir pour ressembler à du caviar, à grand renfort de colorants azoïques, et contiennent, dans la plupart des cas, des conservateurs peu recommandés comme le benzoate de sodium.

LES PRODUITS TESTÉS

Compass Brand, œufs de lompe, 3 fr. 90 les 60 g: ce produit provient de l'Atlantique Nord, où la population de lompes est menacée. Par ailleurs, il contient deux colorants et un conservateur.

Balik, œufs de lompe noirs, 10 fr. les 100 g: ces œufs proviennent du Danemark et contiennent deux colorants, dont du bleu, un conservateur et... du sucre.

Casino, œufs de lompe, 4 fr. 20 les 100 g: outre qu'ils sont les moins chers, ces œufs proviennent d'Islande. Ils contiennent en revanche deux colorants, dont un azoïque.

CAVIAR CHER MAIS AUTHENTIQUE

Le terme «caviar» est réservé uniquement aux œufs d'esturgeon. Depuis 1998, les espèces d'esturgeons et de polyodons qui produisent le véritable caviar sont protégées par la Convention internationale des espèces de faune et de flore sauvages menacées d'extinction (CITES).

Ainsi, le caviar de poisson sauvage est interdit, et la majorité des produits trouvés sur notre marché portent un sceau CITES ou un cachet sanitaire permettant d'identifier le producteur (lire aussi *FRC Magazine* N° 5: Lire une étiquette). Les trois produits que nous avons testés sont authentiques et conformes aux réglementations.



LES PRODUITS TESTÉS

Planet Caviar, caviar frais d'élevage italien, 410 fr. les 100 g: le caviar frais est beaucoup plus cher que ses homologues pasteurisés et contient un conservateur, le borate, dans les limites légales admises.

Prunier Caviar Tradition, 50 fr. les 30 g: ce caviar pasteurisé provient d'esturgeons d'élevages français.

CT Océane, caviar, 55 fr. les 80 g: moins cher que la moyenne, il provient de poissons spatules (polyodons) d'élevages américains.

ŒUFS DE TRUITE LE BIO ABSENT

Les œufs de truite, dont le goût est moins iodé, sont une alternative aux œufs de saumon. Néanmoins, les truites d'élevage arc-en-ciel pèsent lourd sur l'environnement, et le WWF ne recommande que les produits bio. Nous n'en

avons pas trouvé sur le marché au moment des achats. En revanche, les deux produits testés proviennent d'élevages allemands, plus acceptables que les élevages turcs ou chiliens, et ne contiennent pas de conservateurs.



et le noir dans l'assiette

raffinés. Longtemps réservés à une élite, ils sont désormais vendus à des prix Année de la biodiversité!

ŒUFS DE CAPELAN UNE MODE VENUE DE L'EMPIRE DU SOLEIL LEVANT

Traditionnellement très prisés au Japon, et de plus en plus à la mode en Europe, les œufs de capelan peuvent être colorés en rouge avec un colorant à base

de soja, ou en vert, avec du wasabi. Sous nos latitudes, ils peuvent aussi être colorés en noir pour s'apparenter à du caviar. Aucune information n'est disponible sur la menace qui pèse sur cette espèce. Compte tenu de la popularité grandissante de ce mets, il n'est pas exclu que ce poisson soit aussi en danger.

LE PRODUIT TESTÉ

Coop Qualité & Prix, œufs de capelan salés, 4 fr. 60 les 50 g : c'est le seul produit du test que notre laboratoire n'a pas pu identifier, probablement en raison des nombreux conservateurs et colorants peu recommandables qu'il contient.



ŒUFS DE SAUMON PRÉFÉREZ-LES LABELLISÉS

Parfois appelés «caviar rouge», les œufs de saumon sont fortement consommés en Europe et au Japon. D'une belle couleur orange foncé, ils sont consommés crus et plus ou moins salés. Les plus courants sont les œufs de saumon keta. Le WWF recommande les produits portant le label MSC, qui garantit une pêche durable, qui ne sont pas plus chers que leurs homologues sans label. Tous les produits que nous avons testés sont authentiques et exempts de conservateurs contestables.

LES PRODUITS TESTÉS AVEC LABEL MSC:

Coop Fine Food, Wild salmon roe, 8 fr. 95 les 50 g.

Engagement Migros, œufs de saumon du Pacifique, 5 fr. 90 les 30 g.

CT océane, œufs de saumon keta, 9 fr. 95 les 50 g.

SANS LABEL MSC:

AKI (Altonaer Kaviar Import Haus), rogues de saumon malossol, 12 fr. 90 les 50 g.

Specially selected, œufs de saumon, Etats-Unis, 20 fr. les 100 g.

Balik, œufs de saumon, 20 fr. les 100 g.

Kazakh kaviar, œufs de saumon, 8 fr. 50 les 50 g.



LES PRODUITS TESTÉS

AKI (Altonaer Kaviar Import Haus), rogues de truite malossol, 14 fr. 90 les 50 g.

CT océane, œufs de truite, 8 fr. 95 les 50 g.

CONSO — MALIN

- Les œufs de poisson sont parfois nommés «rogues». Il s'agit, en fait, dans tous les cas, d'œufs de poisson non fécondés provenant des ovaires des poissons femelles.
- Les produits peuvent être plus ou moins salés.

La mention «malossol», plus répandue et plus prisée, fait référence à une salaison moyenne.

- Certains œufs sont pasteurisés en plus d'être salés. Les amateurs estiment qu'ils perdent alors une partie de leur valeur gustative. **H. K.**