

anglo-saxonnes, comme sir Paul McCartney. « Il y a de cela des années, raconte-t-il dans une publication de la PETA (une association qui lutte pour la défense des animaux), alors que je pêchais un pauvre poisson, j'ai soudain réalisé: "Je suis en train de le tuer, tout ça pour le plaisir éphémère que cela m'apporte." J'ai eu comme un déclic. En le regardant suffoquer, j'ai réalisé que sa vie lui importait autant que la mienne. » En mettant sa notoriété au service de la cause animale en 2009, l'artiste a prôné une journée sans viande! C'est à l'occasion du Sommet de Copenhague qu'il a lancé un appel aux responsables politiques européens dans le but de l'instaurer. L'initiative, qui a fortement déplu aux éleveurs bovins, a permis de sensibiliser l'opinion publique.

LA CUISINE VÉGÉTARIENNE, NOUVELLE TENDANCE

Autre critique, notamment en France, royaume de la gastronomie: point de viande, point de cuisine! Pourtant, loin de l'image des babas cool qui avalent de la salade, les végétariens prouvent que l'on peut se régaler sans manger d'animaux. Burgers végétariens, plats épicés en sauce, steaks de tofu... la créativité est dans l'assiette! Sans parler de la diversité de spécialités issues du monde entier. Algues et tofus japonais, pizzas italiennes, mezzés libanais, beignets de légumes et curries de légumes indiens... autant de saveurs qui font voyager les papilles! Les végétariens estiment qu'il existe autant de recettes que de légumes sur Terre. De quoi concocter de bons petits plats pour longtemps!

*« Les animaux
sont mes amis
et je ne mange
pas mes amis. »*

G.B. Shaw



UN AUTRE ART DE VIVRE

Hélène Defossez, auteur du livre *Le Végétarisme comme réponse à la violence du monde*, aux éditions L'Harmattan, nous explique pourquoi.

Cette meilleure image des végétariens est-elle une mode éphémère?



Ça évolue dans le bon sens, car il y a vingt ans, les gens en avaient peur! On découvre les bienfaits de ce régime, même s'il existe encore une grande résistance. Aux États-Unis, le rapport Campbell a changé la donne.

Cette étude démontre les effets négatifs d'une trop grande consommation de protéines animales en Occident. La conscience écologique a également servi le végétarisme, en dénonçant l'industrie agroalimentaire très polluante.

On parle souvent de la difficulté d'être végétarien en France...

J'ai beaucoup voyagé et j'ai constaté qu'il était facile d'être végétarien presque partout dans le monde, sauf en France! Dès lors que l'on touche au patrimoine ou au terroir, les réactions sont vives, c'est de l'ordre de la « religiosité »!

En quoi le végétarisme peut-il être une philosophie?

L'industrie de la viande cristallise tout ce qu'il y a de plus violent dans nos sociétés: destruction de l'environnement, maltraitance du personnel et des animaux, chosification du vivant... S'y intéresser permet d'y réfléchir à plus large échelle.

La végéphobie existe-t-elle vraiment?

C'est difficile à croire, mais oui. Lorsque certains en doutent, je leur propose de se faire passer pour des végétariens pendant une semaine. Ils sont souvent surpris! Il y a une gêne lorsque l'on évoque l'aspect éthique du végétarisme. Les gens achètent leur viande de façon automatique et banale et ne pensent pas à la souffrance des animaux. Ce questionnement les dérange et ils y répondent par un réflexe de défense et d'agressivité.

NEOPLANETE

CHANGER D'ÈRE

www.neoplanete.fr

[33]

GRATUIT
FÉVRIER/MARS 2013

NOUVELLE
FORMULE

Hugh JACKMAN

Et aussi : le végétarisme, les transports amoureux ...