

## Les algues, les légumes de la mer

**Les algues débarquent-elles dans nos assiettes ? Actuellement peu consommées en France, nous les avons découvertes au travers de la cuisine asiatique. Leur utilisation dans notre alimentation occidentale est encore très limitée : peuvent-elles être employées comme les légumes terrestres ? Quels sont leurs apports nutritionnels, aromatiques, leurs textures ? Quelles algues pour quelles associations ? Comme pour tout nouvel ingrédient, formulateurs, cuisiniers et consommateurs ont besoin d'être accompagnés dans leur utilisation. C'est l'enjeu du projet collaboratif dans lequel Vegenov a été mobilisé pour caractériser la qualité sensorielle.**

### Les algues, des consommateurs à conquérir



Les algues ont **une image positive auprès des consommateurs**. D'après l'étude réalisée dans le cadre du [projet Idéalg](#), elles évoquent d'abord la mer, la plage, les vacances. Elles sont également associées à l'alimentation et à la santé. La pollution et les marées vertes viennent parfois ternir cette image globalement favorable. 58% des personnes interrogées ont consommé des algues dans l'année écoulée, dont 44% au travers de produits d'inspiration asiatique. 89% de non consommateurs seraient prêts à consommer des produits aux algues mais semblent peu

apprécier les produits asiatiques. L'appréhension touche 19% des consommateurs et 41% des non consommateurs. Elle porte surtout sur la peur d'un goût désagréable. **Le principal frein à la consommation est l'accessibilité des produits** pour 90% des consommateurs et 80% de non consommateurs.

## Une offre en développement ou à développer

C'est l'**objet du projet Sens'Alg**. Ce projet, labellisé par le [pôle de compétitivité Valorial](#), et coordonné par le [CEVA](#), avait pour ambition d'**explorer l'étendue des possibles offerts par les algues**. Il a réuni des acteurs de la filière algue et des industriels de l'agroalimentaire pour accompagner au développement de produits alimentaires intermédiaires et en examiner les potentialités en termes d'utilisation. Ainsi, plusieurs technologies de stabilisation ont été appliquées à plusieurs macroalgues et plantes halophytes. Chaque produit a été caractérisé d'un point de vue microbiologique, nutritionnel, sensoriel et intérêt culinaire. Autant d'informations disponibles pour améliorer le procédé de transformation, et pour faciliter son incorporation dans les recettes. Vegenov a participé en mettant en place un jury entraîné sur les algues et en réalisant les profils sensoriels.

## Des caractéristiques de légumes... de la mer



D'un **point de vue sensoriel**, on retrouve **des notes « vertes »** qu'on perçoit dans la plupart des légumes terrestres. Ces notes vertes sont légères dans les algues fraîches et s'atténuent avec la plupart des transformations évaluées. Les algues possèdent pour la plupart **des notes marines bien caractéristiques et souvent prédominantes** (avec des évocations d'huître, de crabe, de poisson,...) **et d'autres plus âcres** (animal, cuir). Elles sont pour la plupart renforcées par la transformation comme le séchage et le salage. La note marine est très présente chez *Palmaria* (ou

Dulce) par exemple, Himanthalia (ou haricot de mer) est davantage âcre. En bouche, le goût salé est souvent dominant, en fonction des technologies utilisées. Le goût umami peut être notable. Les saveurs sont globalement peu marquées pour les algues fraîches, surgelés et frais sous emballage à atmosphère protectrice ou masquées par la saumure pour les algues « hautes pressions » et stérilisées.

**La texture des algues s'éloigne parfois de celle de l'univers des légumes terrestres** : le côté fibreux est beaucoup moins présent. On découvre une texture en surface parfois humide (visqueuse), que certains traitements font disparaître. Saccharina (ou Kombu royal) et Himanthalia nécessitent d'être émincées en frais, ou être attendries (comme par une cuisson). Sur des technologies comme la « haute pression » ou la stérilisation, on arrive à conserver un croquant très intéressant. D'autres comme Alaria (ou wakame atlantique) et Palmaria ont une texture moins dure et plus croquante en frais.

## Pour aller plus loin

Les partenaires techniques du projet, le CEVA, l'ADRIA, Idmer, le Centre Culinaire Contemporain et Vegenov, ont construit grâce aux connaissances acquises un programme de formation « Formuler avec les algues : une opportunité d'innovation », proposé dans le [catalogue de formation 2018 de l'ADRIA](#).

*Crédits photos : Image à la une : © Ceva*

*Colorful set of sushi and rolls top view on wood, closeup © Prostock-studio - © Fotolia*

*Marinated Laminaria ( kelp ) © Oleksii Sergieiev - © Fotolia*