

---

# Le GRAND ENTRE TIEN

---

*Christopher Coutanceau*

---

**« L'heure est grave, aujourd'hui, un tiers des stocks de poisson dans le monde est surexploité »**

À La Rochelle, son restaurant triplement étoilé est une institution. Quand il n'est pas derrière les fourneaux à confectionner une cuisine d'inspiration 100 % marine, Christopher Coutanceau se bat pour défendre la biodiversité des océans. À 44 ans, il milite pour une révision des référentiels de cuisine. Et rêve d'embarquer la profession tout entière dans le respect des saisons, la protection des espèces surexploitées et la défense d'une pêche locale et artisanale.

---

PROPOS RECUEILLIS PAR GÉRALDINE MEIGNAN  
PHOTOGRAPHIES THÉOPHILE TROSSAT

---





*On a longtemps pensé que les ressources marines étaient inépuisables. Sauf qu'aujourd'hui les stocks s'amenuisent. Vous en appelez à une pratique durable des approvisionnements de la restauration. Ça consiste en quoi précisément ?*

**Christopher Coutanceau** Je considère que c'est de la responsabilité des restaurateurs d'adopter un approvisionnement responsable, local et de saison des produits de la pêche. La première chose à faire est de respecter l'état de la ressource. L'heure est grave : aujourd'hui, un tiers des stocks de poisson dans le monde est surexploité. C'est notamment le cas du cabillaud, un des deux poissons les plus consommés en France. Les chefs ne peuvent plus continuer à faire comme si de rien n'était. En ce moment, sur toutes les cartes des restaurants, c'est saumon, cabillaud et coquilles Saint-Jacques toute l'année.

*Après une pêche intensive, un plan de gestion drastique a permis de reconstituer les stocks de thon rouge. Prendre des mesures contraignantes, ça fonctionne ?*

**Ch. C.** Il n'y a pas si longtemps, il fallait faire 100 kilomètres en mer pour croiser un thon. Aujourd'hui, ils rentrent dans les pertuis. Il n'y a pas que le thon. Il y a eu aussi la fermeture de la pêche de l'anchois, dont les stocks étaient en perdition, qui a fait du bien à la ressource. Il faudrait faire de même avec d'autres espèces menacées comme le poulpe, victime d'un effet de mode à la table des chefs. Personnellement, j'ai arrêté de le travailler. Et que l'on ne s'y trompe pas : ce n'est pas parce qu'il se rassemble parfois le long de nos côtes que

ses stocks ne sont pas menacés. Il vient juste chercher de la fraîcheur. Il y a le bar aussi que je ne travaille plus car les stocks sont au plus bas. Il faudrait réglementer plus sévèrement. On le fait bien pour la coquille Saint-Jacques [l'ouverture des campagnes de pêche est fixée par décret, NDLR].

*Pour compenser la surpêche, certains prônent le développement de l'aquaculture. C'est une alternative intéressante pour les restaurateurs ?*

**Ch. C.** Il ne faut pas se leurrer : l'aquaculture, c'est comme l'élevage intensif de poulets en batterie. Ça consiste à produire des adultes en quatre mois, piqués aux médicaments et arrosés de pesticides. Je suis partisan, tant qu'on peut, de privilégier le naturel. C'est à notre portée : la mer se refait plus vite que la terre.

..... X .....

## « Il ne faut pas se leurrer : l'aquaculture, c'est comme l'élevage intensif de poulets en batterie. »

..... Christopher Coutanceau .....

*On a encore une chance d'y arriver, mais il faut se dépêcher. En tout cas, je ne travaille pas quinze heures par jour pour mettre à ma carte du poisson d'élevage et empoisonner les gens.*

*Vous êtes monté au front en 2017 pour faire interdire en France la pêche électrique. La manière dont sont capturés les poissons, ça pèse aussi dans la balance ?*

**Ch. C.** La pêche électrique consiste à capturer des poissons plats en choquant électriquement les fonds marins. Le problème, c'est qu'ensuite il faut attendre soixante-quinze ans avant qu'une algue repousse. C'est pire que la pêche à la dynamite. Mais tout le monde s'en moque, car cette pêche est destinée à fabriquer des croquettes pour animaux et de la farine pour nourrir les poissons d'élevage.

*Il nous faut, dites-vous, respecter les saisons des produits de la pêche. Il y a vraiment une saisonnalité ?*

**Ch. C.** Trop de restaurateurs l'ignorent, ou font mine de l'ignorer, mais les produits de la pêche, c'est comme les fruits et légumes : leur consommation devrait être rythmée par les saisons. Pour une raison simple : pendant la période du frai, certaines espèces arrêtent de se nourrir. Le poisson devient alors fibreux, nerveux et dénué de lipides. Or, le gras, c'est précisément ce qui apporte le goût et le moelleux à la chair d'un poisson. Mais, à la différence des fruits et légumes, la saisonnalité des poissons varie d'une année sur l'autre, c'est la nature qui dicte son rythme.

*Vous vous efforcez de mettre en valeur des espèces sinon méprisées, du moins méconnues. C'est compatible avec un restaurant étoilé ?*

**Ch. C.** C'est simple, on mange dans le monde à peu près une quinzaine d'espèces de poissons alors qu'il en existe des centaines. Tout ça parce qu'il y aurait d'un côté des poissons nobles ; de l'autre des espèces qu'il faudrait mépriser. Tous les poissons ont leur tempérament, leur caractère et leur saveur. Prenez le merlu. Dans les années 1980, c'était la godaille du marin pêcheur. On mettait ça dans un sac plastique, on le donnait au moussaillon, et ça finissait bouilli avec de la mayonnaise et des patates. Aujourd'hui, le merlu de ligne est gratifié d'un label dans le Pays basque. Redonner leurs lettres de noblesse aux espèces comme le tacaud, la vieille ou la vive, ça fait partie de notre métier. ➤



qui n'a pas les moyens techniques d'aller plus au large chercher de la ressource. C'est un vrai cercle vicieux car ce sont les industriels, déjà responsables de la surpêche, qui rachètent leurs quotas.

*Le Guide Michelin vous a décerné, en 2019, le prix de la gastronomie durable, une première dans l'histoire du guide rouge. Puis, à partir de 2020, un macaron vert. Qu'est ce qui vous vaut ces récompenses ?*

**Ch. C.** Déjà, il n'y a pas de viande à notre carte, nous offrons une carte 100 % marine. On l'a vu précédemment, on a une approche durable dans nos approvisionnements de produits de la pêche. Mais ce n'est pas tout : on recycle nos cartons et nos huiles de cuisson ; on a banni le polystyrène pour transporter nos pois-

sons à la criée ; nos coquillages sont collectés et broyés pour en faire du sable pour la maçonnerie et pour nourrir les poules ; enfin, nos biodéchets sont récupérés par un maraîcher bio et local qui ne travaille que pour nous.

*Il y a un manque manifeste de culture des chefs sur le sujet de l'approvisionnement durable des produits de la pêche. Comment y remédier ?*

**Ch. C.** Il y a un gros travail à faire au niveau des référentiels des écoles de cuisine. Ce qui était valable il y a cinquante ans ne l'est plus aujourd'hui. À l'époque, la question de l'état des stocks ne se posait pas, il y avait profusion de poissons, tout le monde s'en moquait. C'est toute la profession qui doit faire sa transition écologique \*

Retrouvez  
notre carnet  
d'adresses  
page 192

» *Comment justifiez-vous aux yeux de vos clients qu'un de vos plats signature, la sardine de la tête à la queue, se retrouve à la carte quasiment au même prix que des espèces plus recherchées ?*

**Ch. C.** D'abord, ce sont des produits plus compliqués à travailler. Gratter, vider et lever en filets 3 kilos de sardines, ça demande davantage de main-d'œuvre que de parer un turbot de 3 kilos. Ensuite, elles ne sont pas si bon marché que ça. On est peu nombreux parmi les restaurateurs de La Rochelle à en acheter à la criée. Immanquablement, les pêcheurs répercutent le prix de leur essence et de leurs frais de personnel sur un nombre limité d'acheteurs. Au final, ce ne sera pas moins cher qu'un bar. Pour abaisser les coûts, il faudrait pouvoir relancer une économie de pêche locale et artisanale à La Rochelle. Mais c'est mal parti : chaque année, il y a 50 % de dépôt de bilan. C'est essentiellement de la petite pêche côtière

« **Il y a un gros travail à faire au niveau des référentiels des écoles de cuisine. Ce qui était valable il y a cinquante ans ne l'est plus aujourd'hui. À l'époque, la question de l'état des stocks ne se posait pas, il y avait profusion de poissons, tout le monde s'en moquait.** »

Christopher Coutanceau

Christopher Coutanceau (à droite) à la criée de La Rochelle, en novembre 2021.

