

LES POISSONS FLUVIATILES ET L'ALIMENTATION PUBLIQUE

Souvent, on s'est préoccupé des qualités alimentaires de la chair des poissons; parfois, des craintes se sont manifestées sur l'inconvénient possible de l'usage trop exclusif ou trop prédominant du poisson dans le régime alimentaire. Rien, cependant, ne justifie la moindre appréhension à cet égard. L'expérience, commencée sans doute dès les premiers âges du monde, s'est continuée chez une infinité de peuples sur une telle échelle, à travers les siècles, qu'il n'est difficile à personne de se former une opinion solidement appuyée sur les faits. A la vérité, depuis Hippocrate, on a signalé, sans la moindre preuve, le chair de poisson comme l'excitant d'une passion qui, d'ordinaire, ne doit pas être excitée; on a attribué à l'usage du poisson des maladies qui frappent les habitants de la partie méridionale de Finmark et de quelques régions de la Norvège (la Spedalsked et la Radesyge); on a imputé à la chair du barbeau des accidents dont plusieurs auteurs ont conservé le souvenir; mais ces accidents ont été si rares, qu'on n'oserait jamais regarder l'imputation comme fondée, pas plus que pour les maladies du Finmark, dont sont exemptes les autres populations ichthyophages du nord de l'Europe. Ce qui est plus certain, c'est l'effet, au moins désagréable, produit par les oeufs d'un petit nombre de poissons de rivière ou d'étang, ceux du brochet, par exemple, et du barbeau.

Les anciens, et en particulier les Hébreux, d'après la défense de Moïse, rejetaient les poissons sans nageoires et sans écailles, les anguilles par exemple. La défense, d'après l'avis de divers auteurs, était une mesure d'hygiène. L'anguille, en effet, est un poisson extrêmement huileux, et l'on sait combien les matières grasses, si délectables pour les hommes des pays froids, sont répugnantes pour les habitants des pays chauds. C'est très vraisemblablement dans cette circonstance que se trouve, comme pour la chair du porc, le motif d'exception dont les poissons sans écailles avaient été frappés.

Le goût du poisson devint extrême chez les Grecs et les Romains; l'usage en était très général, et jamais aucun indice fâcheux ne s'est manifesté par suite de ce régime. Les peuples d'une industrie peu avancée ont presque toujours vécu des produits de la pêche, et cela, assurément, sans le moindre dommage pour leur santé. Les Gaulois, au rapport de Posidonius, consommaient beaucoup de poissons; il n'en est guère autrement, de nos jours, sur divers points de la Hollande, de la Suède, du Danemark, sur la plupart des côtes maritimes, sur les rives des grands fleuves de l'Asie et de l'Amérique. Les populations qui usent de cet aliment dans la mesure la plus large n'en présentent certes pas moins que les autres les caractères de la vigueur et de la santé.

Les Polynésiens, aux formes athlétiques, sont la preuve vivante que l'homme n'a rien à perdre sous le rapport du développement physique, de la nécessité ou de l'habitude de faire sa principale nourriture du produit des eaux. Après avoir visité, aux rives de l'Adriatique, la lagune de Cornacchio, M. Costa a tracé le portrait le plus flatteur d'une petite population, soumise à un régime toujours identique, à un régime presque exclusivement formé de trois espèces de poissons: l'anguille, le muge et l'acquadelle (espèce du genre *Atherine*).

Depuis Hippocrate et Galien, les poissons sont regardés comme une excellente classe d'aliments. Les anciens s'étaient formé une idée déjà précise de la différence de qualité nutritive que présentent les diverses espèces. Parmi les poissons d'eau douce, Hippocrate signale la perche comme une espèce d'une digestion facile, l'anguille et, en général, les espèces d'eau bourbeuse, comme particulièrement pesantes. Galien,

ainsi qu'il est répété dans une foule d'ouvrages, prescrit de donner aux vieillards et aux convalescents la chair des poissons, au moins de certains poissons, d'appréciation à la viande. Dans l'antiquité, on avait été très loin dans l'appréciation des qualités comestibles des poissons, suivant la nature des eaux où ils avaient été pêchés, suivant l'époque de l'année et d'autres circonstances encore. On n'ignorait, pas plus qu'aujourd'hui, que les poissons, chargés de leurs oeufs et de leurs laitances, sont dans une condition de santé bien meilleure que ceux qui viennent de frayer. Chez les premiers, la chair est succulente, agréable au goût; chez les seconds, elle est sèche et d'un goût affadi. Tous les hygiénistes se sont occupés de la valeur alimentaire des poissons; plusieurs d'entre eux ont eu la prétention de classer les espèces, d'après leurs propriétés nutritives. C'était aller bien loin, en l'état de nos connaissances sur la digestion des divers aliments, et surtout en présence des variations si remarquables dans la manière dont fonctionne l'estomac chez les individus. Il n'échappe, du reste, à personne que la truite, l'éperlan, mieux encore la perche, le goujon et la plupart des Cyprinides ont une chair délicate, et, par conséquent, facile à digérer par des estomacs médiocrement robustes, que la chair de l'anguille, du saumon, de l'esturgeon est plus nutritive et en même temps plus pesante sur l'estomac.

Mais, outre la légèreté plus ou moins grande de la chair de certains poissons, n'y a-t-il pas des principes aromatiques échappant à toute analyse chimique et très utiles dans l'acte de la digestion, qui existent chez certaines espèces et manquent chez les autres? Chacun ressent une appétence particulière pour des poissons dont la chair est parfumée, de bon goût; une répugnance pour ceux dont la chair, quoique très légère, est de goût fade. Ensuite, c'est la préparation qui intervient, pouvant modifier plus ou moins les qualités nutritives et digestives de l'aliment.

Les analystes ont fait des analyses comparatives de la chair des différents animaux, essayant de déterminer rigoureusement leur valeur alimentaire relative. Ces analyses présentent, certes, un haut intérêt, mais on se tromperait, si l'on croyait pouvoir les employer à fixer complètement ce que vaut chaque espèce par rapport à une autre espèce.

C'est à M. Payen que nous devons surtout la connaissance de l'ensemble des principes immédiats qui entrent dans la constitution de la chair des poissons. Avec lui, d'anciens chimistes: Schultz, Limprecht, etc., s'étaient occupés de ce sujet, mais ils n'avaient fait aucune mention de la matière grasse; singulier oubli, car personne ne l'ignore, il suffit de faire bouillir un poisson dans l'eau pour voir des gouttes d'huile s'élever à la surface; tout le monde le sait; on "engraisse" les carpes et d'autres poissons. Et si les chimistes avaient visité les musées d'anatomie, ils auraient appris combien la difficulté d'avoir des squelettes de poissons qui ne soient pas imprégnés de graisse fait souvent le désespoir des préparateurs et des conservateurs, obligés de recourir à l'éther sulfurique pour dégraisser et blanchir les os.

Schultz a fait l'analyse de la carpe; M. Limprecht a publié les résultats d'une analyse du gardon; l'un et l'autre, sans tenir compte de la matière grasse. La matière grasse a les caractères généraux des huiles de poisson; elle est de couleur jaune-brunâtre, fluide à la température de 20 à 25 degrés, laissant déposer une portion moins fluide, grenue et blanchâtre.

M. Payen, d'un autre côté, a reconnu les différences sensibles dans les huiles de poissons. Celle du saumon est sicative; celle de l'anguille, beaucoup plus résistante à l'action de l'air. Sous le rapport de la consistance, la matière grasse varie singulièrement selon les espèces. A la température de 22 degrés, elle est fluide chez l'anguille principale-