

considérablement diminué, nous sommes entraînés à conserver des réflexes essentiellement surhygiénistes, quasi obsessionnels. Nous sommes endoctrinés — le terme n'est pas trop fort — à nous surprotéger contre des risques bactériologiques qui sont devenus infiniment moindres que du temps de nos grands-parents. Illustrons par l'exemple des œufs, vendus en étalage en grande surface mais que vous devez garder au frais chez vous, selon les normes d'hygiène alimentaire. Je ne suis pas la seule à ne pas avoir compris cet illogisme. Dans une de ses émissions du samedi midi sur France Inter, Jean-Pierre Coffe a interrogé une spécialiste à ce sujet. Suivez bien le raisonnement : selon les études, après trente de jours de conservation à température ambiante, il y a un risque de moins d'un pourcent de contamination de l'œuf par des salmonelles présentes sur la coquille. Pour un risque si minime, en considérant que je serais bien mal organisée et garderais des œufs trente jours, il me faudrait entrer en compulsion hygiéniste ? Ce n'est qu'un détail du kaléidoscope ménager. Tout est à l'avenant. Il est désolant d'observer que l'aliénation touche aussi les exploitations artisanales^{*1}.

D'ailleurs, malgré le surhygiénisme ambiant, le nombre d'intoxications alimentaires est en hausse constante. Elles se sont multipliées par six au cours des quinze dernières années, selon le dossier de l'écologiste n° 4, vol. 2, n° 2, cité par Michel Nejszaten. Ces chiffres sont confirmés par les données américaines, entre autres. Il faut donc trouver d'autres facteurs à incriminer, au-delà du cru.

Dangereuse pasteurisation

L'obsession bactérophobe est d'autant plus vaine en matière de produits laitiers que ceux-ci sont l'un des aliments les moins responsables de toxi-infections alimentaires. Le poulet et les viandes hachées, les charcuteries tiennent le pompon en la matière. Un rapport de l' Afssa (association française de sécurité sanitaire des aliments) cité par Maurice Legoy, de l'Adeftra, démontre que « *seulement cinq pour cent des toxi-infections alimentaires collectives sont dues aux produits laitiers* ».

^{*1} Illustration dans l'article « Il faut pouvoir sécuriser la production des fromages sensibles » sur www.fromag.com/lcf85/semsible.html. D'autres postures existent heureusement chez les producteurs laitiers, comme on le découvre dans un article pointu sur www.realmilk.com/rely-on-raw-cheeses_fr.html, traduit en français « *Pourquoi peut-on faire confiance aux fromages au lait cru* ».

À l'inverse de la croyance populaire, le lait cru et ses dérivés contiennent des agents anti infectieux qui inhibent le développement des bactéries pathogènes.

Les laitages crus sont encore moins sujets à risques que les laitages pasteurisés, car la listeria se multiplie plus vite dans ce dernier que dans le lait cru^{*1}. Les fromages de lait cru disposent d'un système antibactérien efficace contre la plupart des bactéries pathogènes, dont la *listeria monocytogenes*,

responsable de listériose. Et voilà que reglupse mon cousin Hubert, que vous connaissez depuis le début du livre. Il est difficile d'être dans une position de remise en cause permanente, j'en conviens. Mais voilà. Les chiffres sont là, incontournables à l'œil d'un détective. Si vous êtes titillés par cette info, plongez dans l'étude de Michel Nejszaten précitée ou dans le livre de Carol Vachon *Pour l'Amour du Bon Lait*. Les autres sources bibliographiques mentionnées pages 10 et 12 sont aussi riches en informations sur le sujet.

L'hystérie contre la listeria

Les toxi-infections peuvent être dues entre autres à des salmonelles, des campylobacters, des e.colis ou à la listeria. La présence de germes dans l'aliment, telle que détectée en laboratoire, n'implique pas qu'il y ait une certitude de maladie. Il faut encore que le sujet qui a consommé des listeria ou des salmonelles développe une pathologie.

Ensuite, il y a trente ans, on entendait à peine parler de la listeria. Est-elle récemment apparue ? Non, bien sûr. Mais elle occupe le devant de la scène car elle ne subit plus la compétition d'autres bactéries. Auparavant, elle était tenue en garde par plusieurs facteurs. L'utilisation de planches en bois en fromageries entretenait une population variée de microbes, dont une partie inhibait le surdéveloppement de mademoiselle listeria. L'obligation légale d'utiliser désormais des planches en inox fait la joie de *listeria*, qui en raffole. Cette dernière adôôôre aussi la réfrigération, à l'inverse de ses camarades. À trop vouloir garder au froid, vous ne gardez que

^{*1} L'hystérie listeria, dans les Dossiers du Canard Enchaîné « Qu'est-ce qu'on mange ? Nouvelle enquête au fond de nos assiettes », 1997. Voir aussi page 17 du livre de Michel Nejszaten pour un tableau édifiant. Voir le site www.rawmilk.com pour d'autres statistiques américaines aussi parlantes.