

**JEAN-PAUL LACHAT**  
Secrétaire général de  
la Chambre jurassienne  
d'agriculture

## Faire autrement pour faire mieux encore

L'agriculture jurassienne peut-elle mieux faire? On peut toujours mieux faire, mais au-delà de l'interprétation statistique, il existe des éléments, tels que le climat ou le sol, que l'on ne peut pas influencer.

L'article paru dernièrement dans *Le Quotidien Jurassien* a provoqué un peu d'indignation chez certains agriculteurs qui se sont sentis bien mal jugés et on peut les comprendre.

La capacité d'adaptation de l'agriculture est pourtant bien réelle. L'adéquation de la production de colza à de nouveaux besoins du marché est à relever. L'huile de colza produite en Suisse est utilisée à 50% par l'industrie agroalimentaire et doit être chauffée. Pour éviter les acides gras «trans», de nouvelles variétés de colza ont été découvertes. Ces dernières permettent de produire une huile qui résiste naturellement aux hautes températures.

Ces différents colzas spécifiques nécessitent des soins culturaux particuliers et occasionnent des contraintes supplémentaires. Pourtant, un quart des producteurs ajoutés ont osé ce pari en 2007 et sans doute qu'ils seront plus nombreux cette année. Mieux faire, c'est parfois faire autrement et cela l'agriculture sait le faire.

## Colza: saveur et santé



Le colza met de la couleur dans le paysage et de la saveur sur la table.

On l'appelle, «arbre à poissons»! Pratique pour une région comme la Suisse, qui peut profiter de cette jolie plante jaune pour embellir ses paysages et la santé de ses habitants.

L'huile de colza et les produits de la mer ont en commun une grande richesse d'acides gras de type Omega 3, qui sont des constituants des membranes cellulaires. Le colza renferme par ailleurs une combinaison équilibrée des différents types d'acides gras essentiels. Son huile a ainsi un effet positif en matière de prévention des maladies cardiovasculaires comme l'artériosclérose ou l'infarctus.

L'huile de colza est également une bonne source de vitamine E (tocophérol) aux vertus anti-inflammatoires reconnues. La Société suisse de nutrition ([www.sge-ssn.ch](http://www.sge-ssn.ch)) recommande ainsi l'huile de colza en cas de maladies rhumatismales.

L'huile de colza est utilisée en cuisine pour les préparations froides (sauce à salade, ...) ou chaudes. Contrairement

à une idée reçue, elle supporte les cuissons douces et des températures suffisantes (jusqu'à 180°) pour faire revenir des oignons, étuver des légumes, cuire des viandes blanches ou du poisson.

Son goût neutre permet aux aliments de conserver toute leur saveur d'origine et de développer certains arômes. Elle convient ainsi aux mets les plus délicats. L'huile de colza pressée à froid est une délicatesse, au goût racé, à la robe vert foncé, comparable à ceux de l'huile d'olive vierge.

Toutes ces qualités ne doivent pas faire oublier que l'huile de colza est un corps gras riche en énergie. Les recommandations de consommation sont d'environ 20 g par jour par personne (2 cuillères à soupe).

Conseil et recettes : [www.colza.ch](http://www.colza.ch)

*Elisabeth Schaffner-Hennet  
& Olivier Boillat,  
Fondation rurale interjurassienne*



## Une histoire comme un mélange de cultures

Quand vous tournez le bouton de votre téléviseur pour les infos, souvent il est là pour transmettre les nouvelles, bonnes ou mauvaises. Avec compétence, élégance et tact, Darius Rochebin maîtrise les sujets d'actualité qui parfois concernent l'agriculture. L'actualité planétaire, c'est tout un mélange de saveurs, d'événements et de vie... Mais revenons à celle de nos campagnes.

Darius est un journaliste curieux dont les grands-parents maternels étaient paysans. «La campagne, j'aime ça et je suis heureux dans les vallons illuminés par les champs de colza. Pour les vacances, j'opte souvent pour les espaces verts de chez nous que je préfère à la mer ou autres endroits plus fun. En Suisse, je vois un terreau paysan très solide, une image paysanne très puissante, une marque de fabrique encore imprégnée de bons sens», ajoute le présentateur du TJ.

### La bonne chère, entre goût et simplicité

Fils unique né à Noël, période festive, il apprécie les grandes tables qui rassemblent du monde. «J'aime beaucoup manger, c'est un plaisir que l'on approche trois fois par jour. J'aime les produits naturels pas trop apprêtés et je suis mes envies et mon intuition. L'œil est important et j'achète un produit dont l'aspect me convient. Je privilégie aussi les denrées suisses».

Darius Rochebin aime les mets très simples tels que fromage et pain accompagné d'un bon vin. Les pâtes avec quelques légumes, le fromage râpé sur le riz, les petits fruits rouges avec de la crème. Il apprécie quand on lui fait la cuisine et lui mijote un bon rôti par exemple.

### Le bio garant d'avenir

«A l'avenir, dit-il, les productions écologiques vont s'accélérer. Les paysans survivront aux périodes difficiles. Enormément de gens sont d'accord de payer un peu plus cher pour un produit sain. Un produit sain est source de bonne santé. Les conditions de production influencent les saveurs. Les salades du jardin... c'est un délice.»

Les paysans constituent un tissu de base qui sait s'adapter. «Il faut changer les habitudes, on voit des signes d'évolution par plus de productions biologiques et de la vente directe. J'aime cette dynamique de proximité. Ce sont des signes positifs pour l'avenir.»

Propos  
recueillis par  
Yvette Petermann



### BIO EXPRESS

Etudes de lettres.  
Collaborateur au  
*Journal de Genève*,  
puis  
journaliste à la TSR  
depuis dix ans.  
Né à Genève  
le 25 décembre  
1966.  
Son père est Iranien,  
sa mère Suisse.