

**Zeitschrift:** Générations : aînés  
**Herausgeber:** Société coopérative générations  
**Band:** 33 (2003)  
**Heft:** 7-8  
  
**Rubrik:** Enquête

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 15.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**





Une terrasse les pieds dans l'eau: le Café de la Plage à Perroy.

## Filets de perche d'ici et d'ailleurs

■ Chaque année, les consommateurs suisses avalent près de 2000 tonnes de filets de perche. Or, neuf fois sur dix, les poissons sont importés. Mais d'où viennent-ils vraiment et à quel prix sont-ils vendus? Notre enquête.

Parce que sa chair est fine et son goût discret, le filet de perche fait l'unanimité chez les consommateurs du pays, où il est élevé au rang de spécialité culinaire. Même les personnes que le goût du poisson dérange ne résistent pas à la vue d'une assiette de filets de perche dorés, arrosés d'un filet de citron et servis avec une montagne de frites.

En Suisse, l'assiette de filets de perche que l'on déguste sur une terrasse fait partie des

traditions, au même titre que la raclette ou la fondue. Elle est synonyme de vacances, de liberté, de bonheur et de plaisir. Elle se partage entre amis, de préférence à la terrasse d'un restaurant situé au bord d'un lac. »»»

### Enquête

## Ce mois... dans Vie pratique

27 Enquête

31 Sexologie

31 Droits

Rédiger un testament

32 Assurances

33 Info Seniors

34 Pro Senectute

Immigration et vieillesse

36 OCPA

37 Dans les cantons

40 Agenda

42 Nouveautés



L'offre des pêcheurs du pays ne suffit pas, et de loin, à répondre à la demande des gourmets. Et tous leurs efforts pour promouvoir d'autres poissons du lac (féra, brochets, etc.) demeurent vains. Les Suisses veulent leurs filets de perche. Et du lac s'il vous plaît!

Autour du Léman, on dénombre environ 150 concessions de pêches, dont les deux tiers sont attribués du côté helvétique. Les années fastes, les pêcheurs suisses retirent environ 250 tonnes de perche et il faut de deux à trois kilos de poisson entier pour faire un kilo de filets (selon la saison). Cela signifie donc clairement que 85% des filets de perche consommés dans notre pays sont importés.

Le meilleur moyen de déguster de véritables filets estampillés suisses est encore de les acheter directement chez les pêcheurs (mais les prix prennent l'ascenseur). Ou alors de les déguster dans un restaurant qui annonce clairement la couleur, en certifiant sur la carte l'exacte provenance des filets et en renonçant à les servir en cas de pénurie.

## Filets d'ailleurs

Les filets vendus dans les grandes surfaces et dans les restaurants, bien situés ou à gros débit, proviennent de l'étranger; généralement des lacs nordiques, du Canada, ou parfois de Grèce. Il est rassurant de constater qu'il s'agit toujours du même poisson: la *perca fluviatilis*, qui évolue en eau douce et qui a les mêmes caractéristiques que nos perches indigènes. Alors, direz-vous, où est la différence?

Premièrement, il s'agit d'une question de fraîcheur. Un poisson pêché en Estonie, par exemple, est fileté, conditionné et envoyé par avion dans des bacs de sagex aux clients suisses. En comptant deux jours pour le travail, le conditionnement, l'emballage et autant pour le trajet, le stockage, le transit et la mise en vente, le poisson le plus frais arrive sur les étals au mieux quatre à cinq jours après avoir été pêché.

De l'avis de Joël Vuadens, pêcheur professionnel, «on ne connaît ni les méthodes de travail, ni les critères d'hygiène, ni la fiabilité de la chaîne du froid appliqués dans ces pays. Il y a donc un certain laps de temps où le poisson n'est pas sous contrôle». Quant à la différence entre filet indigène et étranger, elle est difficilement perceptible pour le consommateur moyen. En revanche, affirme-t-on chez Mulhaupt, le comestible lausannois, un consommateur averti fait la différence, le filet suisse a une chair plus rose et transparente, il est beau à la vue et il a un goût particulier: le «goût du terroir». Selon M. Klouche, chef

acheteur chez Mulhaupt, «c'est surtout un filet de perche qui n'a pas voyagé. De façon générale, le poisson voyage mal».

## Plusieurs qualités

A cela s'ajoute la différence de qualité des filets, qui dépend évidemment de la qualité des eaux. Certains lacs, peu profonds, engendrent un phénomène de réchauffement, qui altère le goût du poisson. D'autres lacs, empoisonnés par les phosphates et les nitrates sont victimes d'eutrophisation. Sans compter que l'on ignore parfaitement la teneur en métaux des eaux de certains plans d'eau situés dans ces pays.

Il faut savoir également que les méthodes de pêche varient sensiblement d'un pays à l'autre. Alors que les pêcheurs suisses se contentent de lever, dans leurs filets, les «intérêts» du lac, laissant les perches se reproduire d'une année à l'autre, les Estoniens, par exemple, vident un lac de toutes ses perches, avant de passer au suivant.

Tout cela explique, en partie, la grande différence de qualité des filets qui arrivent en Suisse. Les prix varient d'ailleurs fortement, passant de Fr. 10.- le kilo de filets pour une qualité bas de gamme à Fr. 40.- le kilo pour des filets savoureux de qualité supérieure. Est-il besoin de préciser que les restaura-

teurs, qui apprennent les filets de perche à la friteuse, ne s'approvisionnent pas en poissons de première qualité? Et que faut-il penser de tous ceux qui camouflent les goûts douteux des filets de mauvaise qualité en les arrosant copieusement de sauce «maison»?

Importée ou indigène, la perche figure toujours en tête des meilleures ventes de poissons. Au chapitre des habitudes alimentaires, les Suisses préfèrent les filets aux poissons entiers, plus prisés par les ressortissants d'autres pays. Les Romands, quant à eux, exigent des petits filets pesant entre 15 et 20 g, alors que les Suisses alémaniques mangent plus volontiers de gros filets (30 à 40 g). Les coutumes diffèrent encore d'un canton à l'autre. Ainsi Genevois et Neuchâtelois apprécient leurs filets de perche avec la peau, alors que les Vaudois les mangent plutôt sans.

Enfin, il est amusant de savoir que les Canadiens, gros fournisseurs de filets de perche se moquent gentiment des Suisses. Dans les lacs du Grand-Nord, qui regorgent de saumon, la perche est considérée comme un poisson vulgaire, que l'on n'utilise même pas dans les boîtes de nourriture pour chats.

Ils sont fous, ces Canadiens!

**Enquête: Mariette Muller  
et Jean-Robert Probst**

## La meilleure recette



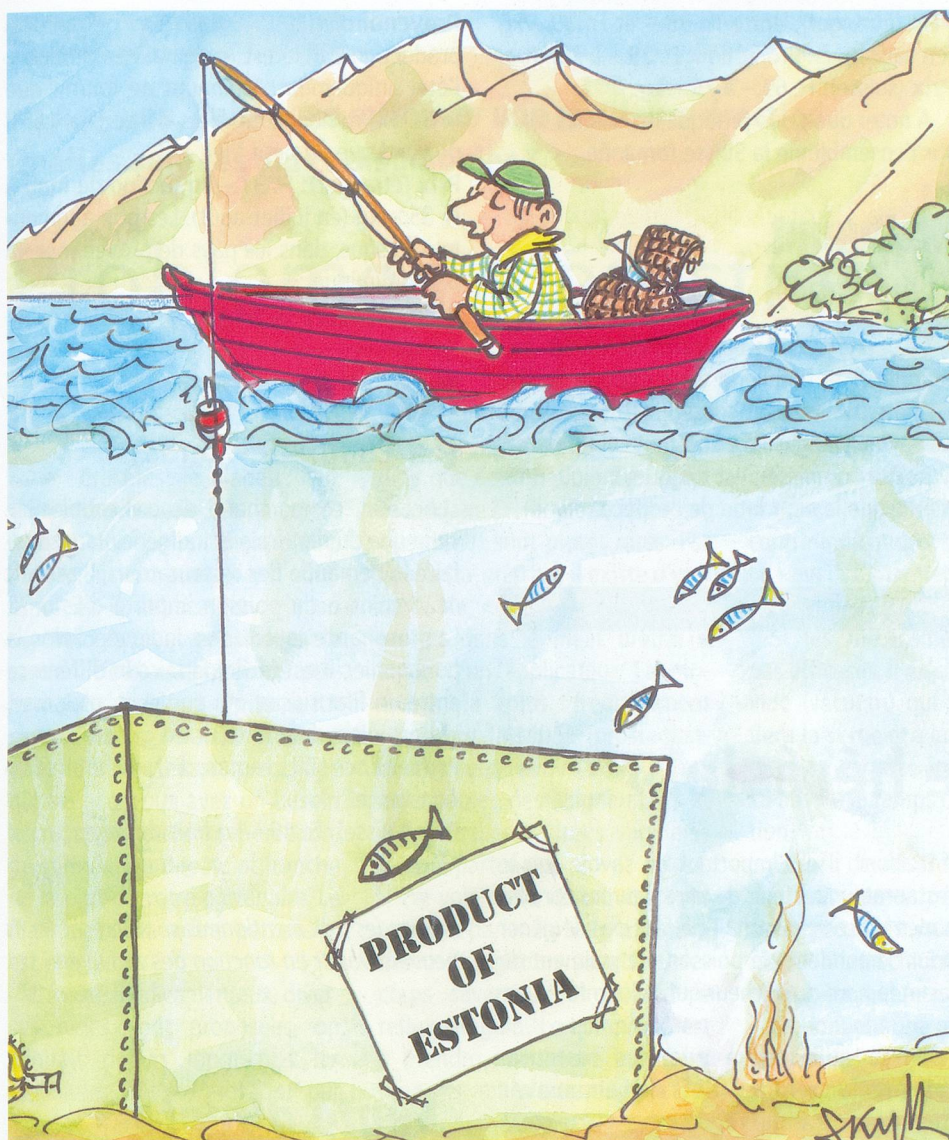
Xavier Lecoultré

Comme la majeure partie des poissons, il faut apprêter les filets de perche très simplement. Prenez les filets et disposez-les dans une poêle où l'on a mis à fondre du beurre. Attention à toujours les faire frire côté chair d'abord (côté peau, ils se recroquevillent). Les retourner rapidement en prenant garde que le beurre ne brûle pas. Saler, poivrer et servir avec un filet de citron.

### Le conseil de Fanny:

pour les rendre onctueux, on peut les tremper quinze minutes dans un bol de demi-crème avant de les passer à la poêle.





# Perches de magasins

■ Le filet de perche que vous achetez en grande surface, à la poissonnerie ou chez le pêcheur provient toujours d'un lac. La question est de savoir lequel.

## Migros-Vaud

Chez le géant orange, le filet de perche du pays n'est vendu qu'en période de grosses pêches, et encore, en toutes petites quantités: 20 à 30 kilos pour Migros-Vaud. Comme pour toutes les grandes surfaces, les perches sont importées et leur provenance est obligatoirement indiquée, de même que doit être mentionné le fait que les filets sont frais, dégelés ou s'il s'agit de poisson sauvage voire de fermes. **Provenance:** Pologne, Russie, Estonie.

**Prix** (filet étranger): Fr. 35.-/kg (mai 2003), les prix peuvent grimper jusqu'à Fr. 42.-, voire Fr. 45.-/kg durant la saison froide dans les pays de provenance.

**Prix** (filet du pays): Fr. 50.- et 60.-/kg.

## Coop

Chez l'autre grand distributeur suisse, 95% des perches proviennent de l'étranger. La centrale d'achat de Bâle se charge de l'administration et du conditionnement pour tout ce qui

## Nos belles terrasses

Voici nos bonnes adresses où bien déguster le poisson, les pieds dans l'eau.

### Genève

**Restaurant du Creux-de-Genthod**, Genthod, tél. 022 774 10 06. Filets de perche du Léman ou de Suède (précisé sur la carte). Prix en fonction de la provenance: Fr. 35.-/Fr. 37.- (sur plat), meunière avec salade verte et frites.

### Lac Léman

**Café de la Plage**, Perroy, tél. 021 825 11 67. Filets de perche du Léman (selon arrivage) ou d'Estonie, frits ou meunière, avec frites ou riz et buffet de salades compris. Assiette: Fr. 33.50.

**Villa Eugénie**, Saint-Gingolf, tél. 024 481 21 76. Filets de perche du Léman, en cas de pénurie d'Islande. La provenance est toujours signalée. Servis sur assiette, meunière ou provençale: Fr. 36.-, avec salade et accompagnement.

**La Pêcherie**, chez Pitch, chemin des Bains, Pully, tél. 021 728 27 43. Sert du filet de perche du Léman ou, en cas de manque, des lacs de Neuchâtel, de Constance ou de l'étranger (frais). Assiette meunière (avec frites maison, pommes vapeur ou riz, et salade): Fr. 31.50.

### Lac de Morat

**Café de l'Ecu**, Praz (FR), tél. 026 673 14 39. Filets de perche des lacs de Morat, Neuchâtel et Léman ou étrangers. Meunière servie avec mayonnaise ou sauce tartare, pommes de terre frites, nature ou riz, salade mêlée. Assiette: Fr. 27.-.

### Lac de Joux

**Hôtel-restaurant des Trois-Suisses**, Les Bioux, tél. 021 845 55 08. Perches des lacs de Joux et du Léman ou d'Allemagne. Prix de l'assiette: Fr. 29.-, avec pommes allumettes et salade verte.

### Lac de Neuchâtel

**Hôtel-restaurant Le Vaisseau**, Petit-Cortailod, 032 843 44 77. Spécialité de filets de perche suisses et étrangers. Apprêtés de plusieurs façons, meunière: Fr. 28.-/32.- (assiette 150 g/200 g).

**La Tène-Plage**, Marin-Epagnier, tél. 032 753 80 30. Les provenances sont affichées. Prix: Fr. 18.- (assiette de 120 g) et Fr. 24.- (200 g), avec pommes nature, frites ou riz.



concerne le libre-service. Sur les barquettes, les étiquettes doivent mentionner la provenance et si les filets sont frais ou dégelés. Les filets dégelés sont vendus à l'étal, uniquement en cas de pénurie, précise-t-on chez le détaillant.

Pour la vente à l'étal, Coop recourt à des fournisseurs locaux qui livrent, les différents points de vente. Là aussi, le poisson provient de l'étranger, certains magasins sont, en saison, directement approvisionnés par des pêcheurs, les quantités restant toutefois minimes.

**Provenance:** Estonie, Pologne et Canada. Coop a sélectionné les lacs afin que les produits correspondent au goût des consommateurs helvétiques. «N'est pas fournisseur chez Coop qui veut», dit-on chez le distributeur.

**Prix (étranger):** entre Fr. 38.– et Fr. 39.–/kg (en saison). En promotion: Fr. 28.– à 29.–/kg.  
**Prix (suisse):** Fr. 69.– à 75.–/kg.

A noter que Coop pratique les mêmes tarifs sur l'ensemble de la Suisse romande.

### Mulhaupt (Lausanne)

Ce marchand de comestibles fournit restaurateurs et hôtellerie dans toute la Suisse, en poissons frais et surgelés. Il possède en outre deux magasins à Lausanne et Romanel. L'origine du poisson est toujours indiquée, de même que le nom latin de l'espèce.

**Provenance:** Estonie, Russie et Pologne. La production suisse est marginale et vendue à l'étal uniquement. Mulhaupt ne fournit que la Suisse romande en filets de perche, car il ne vend que du petit filet.

**Prix (étranger):** Fr. 31.–/kg (action de mai) à Fr. 35.–/kg (en juillet-août). Les prix augmentent lorsque, dans les pays de provenance, la pêche diminue.

**Prix (suisse):** Fr. 70.–/kg.

### Coq d'Or (La Chaux-de-Fonds)

A l'étal, ce marchand de comestibles ne vend que du filet frais et indigène. Pour satisfaire la demande des restaurateurs, il recourt néanmoins à du poisson importé d'Estonie. La provenance est toujours indiquée. Selon le poissonnier, il est facile de faire la différence entre un filet suisse, qui a une chair plus rose, et l'estonien, dont la chair est grise.

**Provenance:** lacs Léman, de Neuchâtel et de Constance.

**Prix (suisse):** Fr. 46.–/kg frais du pays.

MMS

*Tous les prix mentionnés sont indicatifs, ils peuvent varier en fonction des arrivages.*

Joël Vuadens, pêcheur

## «Frire des filets de perche est une hérésie!»



**S'il n'est pas sur le lac, il est dans sa cabane, au pied du jet d'eau de Genève. Entretien avec Joël Vuadens, président des pêcheurs du Léman.**

– Quel est le meilleur moment pour déguster un filet de perche?

– On les mange toute l'année, mais pour respecter l'équilibre, il faudrait consommer de la perche entre les mois de juin et de janvier.

– Au restaurant, comment être certain de manger du filet de perche du lac?

– D'abord, il est important de savoir que le restaurateur est tenu de faire figurer la provenance de son poisson. Il ne faut pas se gêner pour demander si le poisson est vraiment du lac et le nom du pêcheur qui le fournit.

– Est-ce qu'il arrive que des restaurateurs mélangent les filets du Léman avec des filets étrangers?

– Non, en principe, il n'y a pas de mélange. En revanche, certains restaurateurs peu scrupuleux vont réserver les filets du lac aux clients habitués et fidèles, afin d'assurer leur réputation et servir des filets étrangers à des gens de passage. Cela dit, il y a quantité de restaurateurs honnêtes qui renoncent simplement à servir des filets de perche en cas de pénurie.

– Serait-il concevable de labelliser les filets de perche comme cela se fait pour certains vins ou fromages?

– On se bat dans ce sens, mais c'est compliqué. En attendant, on fait appel à la vigilance et à l'exigence des consommateurs.

– Que pensez-vous des restaurants qui servent les filets de perche frits?

– Je peux vous garantir qu'il s'agit souvent de filets congelés, que l'on ne peut plus apprêter meunière. On leur fait une bonne onction de pâte à frire, on les plonge dans un bain d'huile et on les sert avec de la sauce tartare. Frire des filets de perche est une hérésie!

J.-R. P.

### Vente directe

**Lac de Neuchâtel:** Patrick Chevalier, Grandson, tél. 024 446 11 91, e-mail: pcheullier@freesurf.ch.  
Claude Delley, Portalban et marché de Neuchâtel (samedi), tél. 026 677 14 50, e-mail: cldelley@bluewin.ch.  
Claude Stumpf, port des Pêcheurs, Hauterive, tél. 032 721 25 38.

**Lac de Morat:** Paloma Wolf-Lopez, Chevroux, 026 667 17 54.

**Lac de Joux:** Jean-Daniel Meylan, Le Lieu, 021 841 16 69.

**Lac Léman:** Charly et Jean-Marc Barbaglia, Vérenaz, tél. 022 752 49 91.  
Brigitte et Henri-Daniel Champier, Port du Basset, Clarens (marché de Vevey, mardis et samedis), tél. 021 981 11 10.  
Fabrice Christinaz, Coppet, tél. 022 776 15 67.

Joël Vuadens, quai marchand des Eaux-Vives, Genève, tél. 022 735 26 46 (9 h à 12 h).