

118. Le tofu français (le 30 juin 2022)

Le tofu fabriqué en France est de plus en plus présent dans les supermarchés français ces derniers temps. Auparavant, il n'était disponible que dans les épiceries asiatiques. Du point de vue d'un Japonais qui s'imagine une masse blanche quand on parle de tofu, c'est surprenant de trouver une grande variété de tofu aux saveurs et aux couleurs multiples, par exemple du tofu aux herbes, aux olives ou encore au curry.



Le tofu est un aliment transformé à base de soja obtenu en solidifiant le jus (lait de soja) de soja bouilli via des coagulants tels que le *nigari*. Le tofu est consommé au Japon depuis les temps anciens et constitue toujours un des éléments essentiels du régime alimentaire des Japonais aujourd'hui.



Alors que le tofu est largement consommé dans toute l'Asie de l'Est et du Sud-Est, le tofu japonais est souvent plus mou que celui des autres pays. Au Japon, les gens savourent son goût naturel dans des plats tels que le *hiyayakko* (voir photo) où le tofu est coupé en tranches et trempé dans de la sauce soja, ou le *yudofu* qui est servi chaud dans une casserole. Le tofu est aussi souvent utilisé comme ingrédient pour la soupe miso. Les aliments à base de tofu transformé comme l'*aburaage*, du tofu coupé en morceaux et frit, et le *koya-tofu*, du tofu congelé et séché, sont également couramment consommés.

Le soja, à partir duquel est fabriqué le tofu, est un aliment riche en protéines et pauvre en calories. La viande de soja, transformée à partir de protéine de soja, se vend comme alternative à la viande animale et constitue un marché en pleine expansion à l'échelle mondiale. L'augmentation du nombre de produits à base de

Le Japon vu en France par nos diplomates de l'Ambassade du Japon

tofu en France pourrait être liée à l'attention croissante portée au soja sous l'effet d'une prise de conscience concernant la santé. D'ailleurs, les nombreux produits à base de tofu vendus dans les supermarchés bio en sont la preuve.

Le gouvernement français a publié en décembre 2020 la stratégie nationale en faveur du développement des protéines végétales dans le cadre du plan France Relance publié en septembre de la même année. Le plan consiste à augmenter de 40 % à horizon 2 ans la superficie allouée aux plantes riches en protéines végétales (telles que le soja, les lentilles, les pois chiches, les haricots et les fèves), qui couvre actuellement près d'un million d'hectares, et à la doubler pour atteindre 2 millions d'hectares (8 % de la superficie agricole) d'ici 2030. L'un des objectifs est de réduire la dépendance relative aux importations de soja et de légumes secs, qui est d'environ 50 à 70 % (*). Il se pourrait que la France, qui voit sa production nationale de soja augmenter, développe de nouveaux produits à base de soja et qu'un jour le "tofu français" soit exporté au Japon et vendu sur les étalages à côté du fromage.

*Source : Ministère de l'Agriculture et de la Souveraineté alimentaire

<https://agriculture.gouv.fr/lancement-de-la-strategie-nationale-en-faveur-du-developpement-des-proteines-vegetales>