- Le poulet végane, les burgers végétaux ou le faux steak haché ; l'engouement pour les substituts est grand. Les produits de substitution représentent aujourd'hui un nouveau graal pour les biologistes et un incroyable eldorado pour les investisseurs.
- Ces produits dits « propres », parce que créés en laboratoire, sont une illusion morale, car ils ne servent qu'à promouvoir les visées d'industriels. Ils n'ont pas les mêmes valeurs que les produits naturels et la production à un impact néfaste sur la nature.
- Au final : scrutez bien la liste des ingrédients. Souvent, les produits contiennent beaucoup de matières grasses, divers sucres ajoutés comme la maltodextrine et le glucose, des arômes, des colorants et des épaississants.
- Le principe de base est : moins il y a d'ingrédients, mieux c'est.