

ID : 1017

Catégorie : FLM

Nombre de mots : 703

### **Dans un futur où tout est possible, comment imagines-tu que notre alimentation aura changé?**

Lorsque l'on observe le guide alimentaire canadien, on peut voir qu'entre 1942 et 2019, il y a eu beaucoup de changements basés sur ce qui est abordable, et aussi sur ce que les scientifiques et les diététiciens ont appris à propos des différents groupes alimentaires, au fil des années. Au cours de la dernière décennie, nous avons observé un changement radical dans les régimes alimentaires à base de plantes et sans produits animaliers. Est-ce qu'un jour nous deviendrons tous végétalien?

Le véganisme a pris un énorme gain de popularité et d'accessibilité au cours des dernières années. Les épicerie ont des sections de produits véganes et végétariens, et nous avons une plus grande variété de substituts de viande, comme le tofu, l'analogue de viande et les légumineuses.

D'un point de vue économique, il est moins coûteux d'acheter du tofu que du porc haché. Par exemple, le tofu coûte environ 2\$ à 2,50\$/Lbs par rapport au porc haché à 3,27\$/Lbs(health.usnews.com). De plus, quand nous avons la bonne technique, le tofu peut être cuisiné de différentes façons afin de changer son goût et sa texture. Il y a de plus en plus de blogues et de recettes en ligne pour apprendre à cuisiner ce dernier. Ceci-dit, je crois définitivement que, dans un avenir proche, la consommation de viande et de produit animalier par l'humain aura grandement diminuée.

Par contre, je suis convaincue que nous allons garder les produits animaliers dans notre alimentation pour encore quelques années et voici pourquoi. Premièrement, devenir végane n'est pas la chose la plus simple à faire pour plusieurs personnes, car il y a beaucoup de produits qu'il faut remplacer et apprendre à cuisiner. Par exemple, les œufs et les produits laitiers sont présents dans plusieurs des collations ou nourriture déjà préparée vendues à l'épicerie. Il est aussi plus coûteux d'acheter des produits déjà préparés qui sont véganes. D'autant plus, il est difficile de briser des habitudes de cuisine, par exemple, les recettes de famille qui datent de quelques décennies ne vont pas changer du jour au lendemain pour devenir véganes.

Écologiquement, la production de viande consomme une quantité énorme d'eau comparé aux produits non-animaliers. "Il faut jusqu'à 2 400 gallons d'eau pour produire 1 livre de bœuf."(www.peta.org). Tandis qu'il faut seulement 2 520 litres d'eau pour produire le double de tofu. Au Canada, nous sommes considérés comme étant un pays riche en eau, cependant, il ne faut pas prendre cela pour acquis. Par ailleurs, la consommation de viande est responsable pour l'émission de gaz à effets de serre, comme le méthane, le CO2 et le protoxyde d'azote. Ceux-ci contribuent au réchauffement planétaire.

Une étude démontre que 80 % des Canadiens croient que nos réserves d'eau vont nous convenir pour encore plusieurs années et deux tiers ne croient pas qu'il y ait une pénurie d'eau. Cette attitude aide à expliquer pourquoi le Canada se classe en deuxième place derrière les États-Unis en matière de gaspillage d'eau(heglobeandmail.com).

Il ne faut pas oublier qu'il devient de plus en plus commun de commander de la nourriture déjà faite, que ce soit congelée ou préparée dans un restaurant(Doordash, Uber Eats, skip the dishes, etc.). J'ai remarqué que les restaurants deviennent de plus en plus inclusifs dans leur menu. Dépendant du

restaurant, il y a plusieurs options végétariennes et quelques options véganes. Je suis persuadée que cela va augmenter dans les années à venir.

Pour conclure, je crois que d'ici quelques années, nous allons voir une baisse radicale de la consommation de viande chez l'humain, par contre, je suis convaincue que les produits animaux tels que les œufs et le lait seront encore présents dans nos habitudes alimentaires, en raison de leur facilité et de leur polyvalence. Ce changement va avoir lieu tranquillement au fil des années et n'aura pas lieu du jour au lendemain. Je suis persuadée qu'un jour les compagnies de viande, les fermes, les abattoirs, les boucheries, etc, vont grandement diminuer à cause du manque de clientèle. Et puis, les compagnies de tofu, d'analogues de viande et de légumineuses vont prendre de l'ampleur et de la popularité dans le monde. Je pense que ce changement pourrait aussi aider la planète, car en ce moment avec le réchauffement planétaire, la terre ne survivra pas longtemps.

### Webographie

Carli. "How Much Water Does It Take To Produce Your Fave Foods? - Be Fresh Blog." Befresh.ca, 12 Apr. 2018, [www.befresh.ca/blog-how-much-water/](http://www.befresh.ca/blog-how-much-water/).

FutureLearn. "Is Eating Meat Bad for the Environment?: 6 Global Impacts." FutureLearn, 23 Nov. 2021, [www.futurelearn.com/info/blog/eating-meat-bad-for-environment#:~:text=Meat consumption is responsible for,The destruction of forest ecosystems.](http://www.futurelearn.com/info/blog/eating-meat-bad-for-environment#:~:text=Meat consumption is responsible for,The destruction of forest ecosystems.)

McLean, Hanna. "Dished." Here's How Canada's Food Guide Has Changed over the Past 77 Years, Daily Hive, 16 Feb. 2019, [dailyhive.com/vancouver/canadas-food-guide-changes-2019](http://dailyhive.com/vancouver/canadas-food-guide-changes-2019).

Rankin, Frances. "Will We All Be Vegan One Day?" Newsweek, Newsweek, 19 Dec. 2018, [www.newsweek.com/vegan-food-meat-plant-based-farming-veggie-documentary-1263570](http://www.newsweek.com/vegan-food-meat-plant-based-farming-veggie-documentary-1263570).

"Ways Meat, Dairy, and Eggs Waste Water and Kill Us." PETA, 30 Apr. 2021, [www.peta.org/features/meat-dairy-industry-wastes-water-supply/?utm\\_source=PETA::Google&utm\\_medium=Ad&utm\\_campaign=1020::veg::PETA::Google::S-Vegan-Grant:::searchad&gclid=Cj0KCQjwLOmLBhCHARIsAGiJg7kv93O66eRM\\_7oyGOUNRG0WhEh4q8B3m2jln2KCpCutJ3S4-5iey6kaAokkEALw\\_wcB](http://www.peta.org/features/meat-dairy-industry-wastes-water-supply/?utm_source=PETA::Google&utm_medium=Ad&utm_campaign=1020::veg::PETA::Google::S-Vegan-Grant:::searchad&gclid=Cj0KCQjwLOmLBhCHARIsAGiJg7kv93O66eRM_7oyGOUNRG0WhEh4q8B3m2jln2KCpCutJ3S4-5iey6kaAokkEALw_wcB).