

Ariane Pehrson
crée Saveurs
et Logistique et
Lyophilise.fr
en 2010



ARIANE PEHRSON
FONDATRICE
DE SAVEURS
ET LOGISTIQUE

Mon activité est née d'un constat. J'ai un mari qui navigue et qui fait de la course au large. J'ai pu constater, il y a une dizaine d'années, que les marins faisaient leur avitaillement sans le sourire parce qu'ils allaient manger des lyophilisés et qu'il y avait très peu de choix, de recettes, de variétés et que ce n'était pas bon! Je suis, originaire de Suède et je me suis dit qu'il existait peut-être d'autres produits dans d'autres pays. L'idée est venue de là, j'ai donc contacté beaucoup de fabricants dans plusieurs pays : Canada, Suède, Norvège, Allemagne Angleterre... et jusqu'en Estonie.

Ensuite, nous nous sommes mis autour d'une table avec les skippers pour tester différentes marques et types de produits. Il n'y avait que deux fabricants en France, limités en variétés de produits. Sur un tour du monde le hachis-parmentier revenait trop souvent dans les menus, le corps s'en lasse ! Au-delà de la lassitude générée par le manque de variétés et de saveurs différentes, ils mangent donc moins et cela impacte sur la performance générale du bateau. C'était donc important de remédier à ce défaut majeur, il y avait donc tout à faire !

En réunissant une bonne dizaine de marques au début de notre projet, on arrivait à disposer de plus d'une centaine de recettes différentes. Le deuxième constat est que les marins et leurs équipes font leur avitaillement au dernier moment, Pour répondre à leur besoin, cela imposait d'avoir beaucoup de stock et qu'ils puissent faire leurs achats le plus tard possible.

Pour améliorer nos produits et services, nous échangeons en permanence avec les marins pour valider nos choix et nos recettes. Il se trouve même parfois que des skippers nous envoient des produits étrangers, inconnus en France, pour augmenter notre gamme.

Pour faciliter le travail des équipes, j'ai même conçu un site internet permettant la prise de commande en ligne.

Depuis dix ans, nous constatons que le lyophilisé est léger, un repas complet avant réhydratation pèse 100 grammes, il est également peu périssable dans le temps. Un repas «normal» pèse 400 g ! Le poids est l'ennemi de la vitesse sur un bateau à voile, chaque kilo embarqué coûte en performance.

Les produits déshydratés ne s'altèrent pas quelque soit les conditions de température ou d'humidité à bord, tout en conservant l'intégralité de leur qualités nutritives.

DÉSHYDRATATION

On retire l'eau par évaporation en chauffant les produits. Les micro-nutriments s'évaporent ainsi que les saveurs. Le produit se «dégrade» dans leur consistance et leur aspect. Lors de la réhydratation les aliments ne peuvent pas retrouver toutes leurs saveurs et leurs qualités nutritives.

LYOPHILISATION

C'est une technique de «séchage» par le froid, en le descendant en température négativement très rapidement, les molécules de la nourriture sont «saisies» par le froid. Le froid extrême, bloque le processus de dégradation naturel des aliments. Les vitamines et les micro-nutriments sont ainsi conservés, puis on retire l'eau gelée par sublimation (extraction de l'eau comme si l'on mettait sous vide le produit. Nous conservons ainsi 98% des molécules du produit, c'est ainsi que le haricot vert par exemple est parfaitement reconnaissable pour son aspect général, alors que le haricot vert lyophilisé est poreux du fait du retrait de l'eau. Dès que le skipper «cuisine» en réhydratant le haricot vert, celui ci va retrouver sa forme, sa consistance initiale !

Le plaisir gustatif est très important pour le moral du skipper, même au bout d'une transat, il se lasse des produits lyophilisés. Pour retrouver le plaisir de nourriture «naturelle», certains skippers nous demandent de «stériliser» des plats cuisinés par un chef. Ces plats sont mis en poches. Forts de cette demande, des skippers, nous avons donc contacté des chefs cuisiniers pour que notre entreprise puisse aussi proposer ces plats stérilisés (blanquettes de veau, boeuf bourguignon, paella etc.). Désormais, nous pouvons proposer un repas lyophilisé et un repas stérilisé par jour !



Bien que nous ne soyons pas nutritionnistes, nous les aidons à bien dimensionner leur avitaillement, notamment en leur donnant le nombre de calories embarqué. Parfois les skippers sous évaluent leurs besoins énergétiques. Tous les skippers travaillent différemment, certains sont coachés par des nutritionnistes, d'autres pas. Nous avons une grande base de données pour donner précisément aux nutritionnistes les valeurs exactes des teneurs énergétiques (protides, lipides, sucre etc.) de chaque aliment pour qu'ils puissent élaborer les menus journalier des navigateurs. Ceux qui ne sont pas coachés, se débrouillent par eux-mêmes en fonction de leurs goûts et de leurs habitudes alimentaires, certains sont parfaitement autonomes car ils se connaissent bien, d'autres ont besoin d'être plus guidés.

Nous nous attachons aussi à proposer des aliments les plus sains possibles, peu de sel, pas d'additifs, pas de conservateurs.

Le sujet de la nourriture est important pour les skippers. En général ils délèguent peu le choix de leurs aliments et de la composition de leurs menus. On a parfois des demandes spécifiques : plats sans sauce, plats sans sel, sans gluten... même parfois des végétariens. Il ne faut pas oublier que la nourriture, c'est le «carburant» des skippers!