

Hommage de papier au Pays-d'Enhaut

Livre » Etabli depuis dix ans au Pays-d'Enhaut, l'écrivain Pierre Yves Lador consacre à ce «val heureux» un grand livre aux Editions du Belvédère. «Oubliant qu'il ne sait rien», il raconte tout ou presque de cette terre exceptionnelle, de la manière dont elle est «valorisée par ses habitants» à la manière dont «elle forge ses hôtes». Ses sources sont les livres, les hommes et les longues balades qu'il entreprend, tou-

jours en ascension dans ce pays de pentes.

Pour dire le Pays-d'Enhaut, l'ancien directeur de la Bibliothèque municipale de Lausanne a choisi la forme du calendrier, mêlant sur une année sa vie à celle de grands hommes: Victor Hugo dans le Grand Chalet de Rossinière, Carl Gustav Jung dirigeant un camp d'internement de soldats anglais blessés hébergés dans les hôtels délaissés par

les touristes. Le récit des jours alterne avec de grandes thématiques – les peintres et le Pays-d'Enhaut, le Parc naturel régional Gruyère-Pays-d'Enhaut, le tourisme, la spiritualité des montagnards – et une mise en valeurs des éléments naturels locaux: eau, bois, terre, etc.

L'ouvrage est accompagné de nombreuses photographies de Jack Varlet. On y retrouve la nature, mais également les

constructions, événements, et surtout les visages qui font le Pays-d'Enhaut, du premier jour du printemps au dernier jour de l'hiver. » **AUDE-MAY LEPASTEUR**

» Pierre Yves Lador et Jack Varlet, *Le Pays-d'Enhaut*, Ed. du Belvédère, 191 pp.



Un guide de «suissitude»

EXPATRIÉS Etabli en Suisse depuis 11 ans, Diccon Bewes a déjà consacré deux ouvrages à notre pays. Il réitère avec *How to be Swiss*, guide en anglais amusant prétendant enseigner aux gens comment «être» Suisse, illustré par Michael Meister et publié aux Editions Bergli. » **AML**

Un ouvrage explique pourquoi l'asperge donne une drôle d'odeur au pipi et pourquoi l'oignon fait pleurer

Les secrets chimiques des aliments

» AUDE-MAY LEPASTEUR

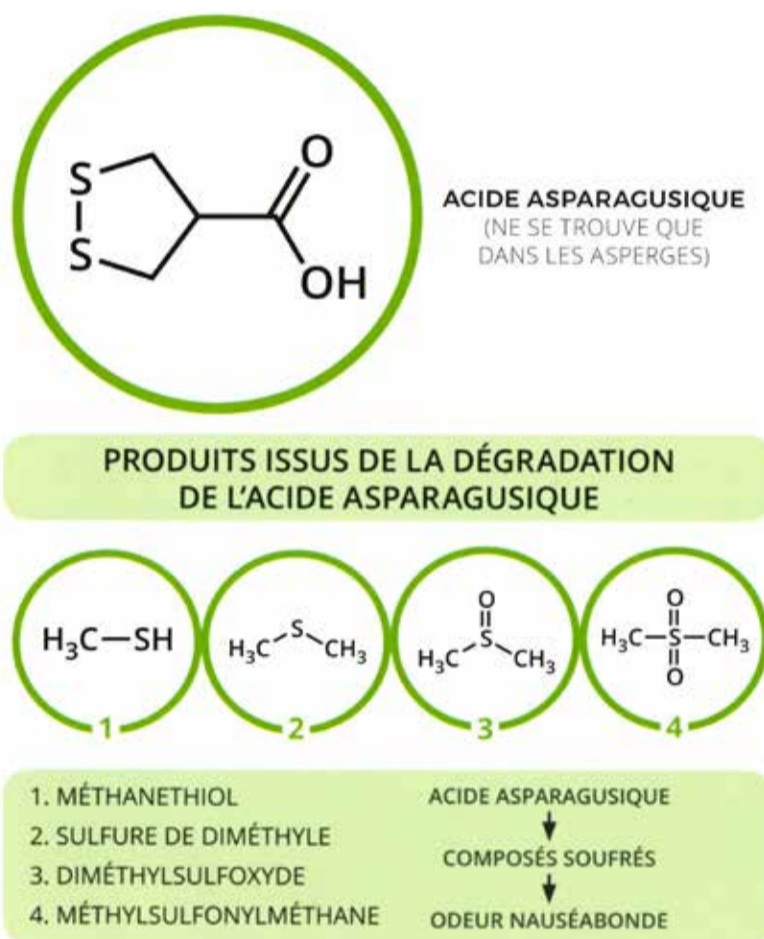
Nutrition » Pourquoi certaines personnes détestent-elles les choux de Bruxelles? Les bananes accélèrent-elles le mûrissement des autres fruits? Comment les bulles rehaussent-elles le goût du champagne? Chaque jour, au supermarché, en cuisine, nous sommes les témoins de phénomènes chimiques étonnants, sans même, la plupart du temps, que nous nous en rendions compte. Andy Brunning, professeur de collège à Cambridge, en Grande-Bretagne, et animateur du blog de vulgarisation scientifique Compound Interest, vient de sortir aux éditions des Presses polytechniques et universitaires romandes la version française de son livre à succès: *Pourquoi l'asperge donne-t-elle une odeur au pipi?* Interview.

Sur votre blog, Compound Interest, vous écrivez sur des sujets très divers, bien que tous liés à la chimie. Pourquoi avoir choisi de publier un livre spécifiquement sur les aliments?

Andy Brunning: Quand j'ai commencé mon blog, après quelques textes généraux, j'ai d'abord écrit sur la question des aliments. J'étais curieux à ce propos, entre autres parce que j'aime beaucoup cuisiner.

La chimie apparaît souvent comme une discipline complexe, peu accessible. Est-ce pour cela aussi que vous parlez de quelque chose que tout le monde connaît, la nourriture?

C'est vrai que la chimie peut sembler un peu abstraite. Mais en réalité, tout le monde en fait dans sa cuisine, tous les jours. Derrière des expériences banales se cachent souvent des concepts complexes. Mon but est de permettre aux gens de les comprendre.



parlé de cette question et ça a été pour moi une étrange révélation. On pense que c'est l'acide asparagusic, qu'on ne retrouve que dans ce légume, qui est à l'origine de ce drôle de phénomène. Mais seulement chez 43% des individus. Les autres ne sentent pas de changement particulier.

C'est l'acide asparagusic, contenu dans l'asperge, qui donnerait une drôle d'odeur au pipi. Andy Brunning



«Tout le monde fait de la chimie dans sa cuisine, tous les jours»

Andy Brunning

J'aime aussi beaucoup la question de l'oignon, car elle est bien plus complexe qu'il n'y paraît. En effet, les composantes qui font pleurer ne sont pas présentes telles quelles dans le légume. En coupant les cellules de l'oignon, on libère des enzymes qui dégraderont un acide aminé contenu dans le légume. Une réaction en chaîne s'ensuivra, dont sera issu un gaz créant un picotement dans l'œil. Les larmes sont la réponse de notre organe pour éliminer le produit irritant. »

» Andy Brunning, *Pourquoi l'asperge donne-t-elle une odeur au pipi?* 58 questions insolites pour enfin comprendre les secrets de nos aliments, Ed. PPUUR, 152 pp.

des articles scientifiques. Je ne connaissais par exemple pas le «fruit miracle» qui donne un goût sucré aux aliments.

Quels sont vos phénomènes chimiques préférés en lien avec les aliments?

Il y a bien sûr la question de l'asperge. Enfant, je n'aimais pas ça, donc je n'avais jamais remarqué son influence sur l'odeur du pipi. Adulte, quand j'en ai mangé avec des amis, nous avons

Vous ne vous adressez donc pas à des chimistes invétérés?

En 2013, quand j'ai créé ce blog, c'était surtout pour permettre à d'autres enseignants d'utiliser les graphiques que je développais pour mes cours.

Aujourd'hui, on trouve des chimistes comme des personnes sans connaissances spécifiques parmi mes lecteurs. J'essaie d'être simple dans mes explications.

Où trouvez-vous l'inspiration pour les questions de votre livre?

Certaines questions sont inspirées par les réseaux sociaux, par exemple «Manger de la dinde donne-t-il sommeil?», une idée que j'ai beaucoup vu sur internet à l'approche de la fête de Thanksgiving. D'autres m'ont été envoyées par les lecteurs de mon blog, qui désirent avoir une réponse. Enfin, je découvre parfois des choses en lisant

LE CITRON ET LE SCORBUS

Comment les citrons préviennent-ils le scorbut? Le citron contient différents acides, parmi lesquels l'acide citrique, principal responsable de l'acidité du fruit, et l'acide ascorbique, plus connu sous le nom de vitamine C. Le scorbut est une maladie à laquelle succombaient souvent les hommes en mer. Elle provoquait, entre autres, des déchaussements des dents, la jaunisse, de la fièvre et la mort. On avait remarqué que les agrumes permettaient de la prévenir,

c'est pourquoi la marine anglaise donnait du jus de citron aux marins. Mais on croyait que c'était l'acidité, et non comme on le sait aujourd'hui la vitamine C, qui protégeait les hommes. Au XX^e siècle, les Anglais remplacèrent les citrons jaunes par des citrons verts – encore plus acides – issus de leurs colonies. Or, le citron vert contient trois fois moins de vitamine C. Certaines expéditions en Arctique succombèrent alors, annonçant le retour du scorbut. **AML**



LA TIQUE ET LA VIANDE ROUGE

Une morsure de tique peut-elle rendre allergique à la viande? La question semble farfelue sous nos latitudes. Et pourtant, la tique étoilée, qu'on rencontre dans 28 Etats des Etats-Unis, a ce terrible pouvoir.

Alors que la plupart des mammifères produisent un sucre nommé alpha-gal, ce n'est pas le cas de l'être humain. Dans notre système digestif, l'alpha-gal ne pose normalement pas de problème.

Par contre, lorsque nous sommes mordus par une tique étoilée, il peut arriver que l'alpha-gal de l'acarien passe dans

notre système sanguin. Notre système immunitaire va alors produire des anticorps pour le combattre.

La viande rouge contient également de l'alpha-gal. Quand nous l'ingérons, l'anticorps qui a été produit suite à la morsure se mobilise et peut provoquer des réactions allergiques: urticaire, inflammation, vomissements, diarrhée, voire choc anaphylactique. Il n'y a pas d'alpha-gal dans la viande blanche, que l'on peut donc continuer à consommer. **AML**



LES CAROTTES ET LA VISION

Les carottes permettent-elles de mieux voir dans le noir? C'est du moins ce que nous disaient nos parents, dans notre enfance. Les carottes sont particulièrement riches en bêta-carotène, un composé qui, une fois ingéré, est transformé en vitamine A dans le foie. Or, cette dernière est essentielle à la vision. Mais il suffit d'une petite quantité. Donc, manger des kilos de carottes ne sert à rien. Une carotte par jour fournit toute la vitamine A dont ont besoin nos yeux.

Cette «légende» vient en fait d'une campagne de propagande britannique durant la Seconde Guerre mondiale. L'armée anglaise avait développé un nouveau

radar permettant d'abattre les bombardiers allemands mais ne voulait pas que cela se sache. Elle fit courir la rumeur que les pilotes mangeaient des carottes pour améliorer leur vision nocturne.

Le beta-carotène a un autre pouvoir, avéré celui-là. Si on mange trop de carottes, la peau devient orangée. Cette affection s'appelle la caroténodermie. **AML**

