

Consommez sans restriction les petites tranches de cochon Saint Agaune !

écrit par Maxime | 14 septembre 2025



Je suis très attentif aux questions diététiques et de

santé. Aussi dois-je confesser que cela fait bien longtemps que je n'ai pas mangé du saucisson même si j'adore cela, le *nutriscore* en catégorie « E », la pire, étant là pour me rappeler que si je veux pouvoir continuer à garder le physique de mes 25 ans, cette nourriture est prohibée !

Formidable révolution que ce « [nutriscore](#) » qui a permis de mettre en évidence toute la malbouffe possible, même si je le trouve un peu injuste pour le beurre et le saucisson qui sont des aliments d'une tradition immémorable en France.

Le nutriscore stigmatise les graisses animales, le sel, donc bien rapidement le beurre et le saucisson tombent dans la plus basse catégorie mais par miracle, il s'en vend encore assez. Ce serait quand même dommage pour notre patrimoine culinaire qu'ils viennent à disparaître.

Alors ces petites tranches de cochon, en viande sèche, ne sont pas un saucisson traditionnel et sous **l'égide du repère « le porc français », marque qui garantit la provenance du petit cochon ayant servi à l'élaboration de ce produit, se trouve à mon avis un excellent produit !**

A l'heure où les amateurs de sport et notamment de musculation consomment des protéines en boisson, en poudre etc., qui coûtent extrêmement cher, **ce produit au contraire pour un moindre prix au kilo contient quelque 40 % de protéines d'origine animale, à savoir les meilleures protéines pour les sportifs !**

Une viande n'en contient ordinairement que la moitié (20% environ).

Les protéines d'origine végétale n'ont pas le même rendement pour entretenir une silhouette dessinée, aux

dernières nouvelles il serait même avéré que [le soja rendrait efféminé...](#)

Plusieurs communes ont ainsi retiré le soja des menus de leurs cantines.

Je ne sais pas pourquoi « Saint Agaûn », qui fournit ces petites tranches idéales pour l'apéritif, n'a pas soumis son produit au nutriscore mais j'en ai quand même une vague idée : sans doute que selon les canons nutritionnels dominants, la note obtenue serait médiocre étant donné que la viande a tendance à être stigmatisée à notre époque.

Mais là encore nous descendons de lignées d'ancêtres qui n'ont fait que manger de la viande depuis les origines de l'humanité et il est tout à fait douteux qu'on puisse s'en passer, au moins dans la force de l'âge.

Ce produit a été désigné « saveur de l'année », un prix décerné par un jury de consommateurs.

Il ne comporte que 16% de graisse dont seulement 5% d'acides gras saturés, soit 2 fois moins qu'un saucisson classique.

Sa durée de consommation est relativement courte (2 mois), au-delà il est périmé, ce qui est plutôt bon signe quant à sa fraîcheur. N'est-il pas suspect qu'on puisse consommer d'autres produits pendant 10 ans parce qu'ils sont bourrés de conservateurs ?

Voilà en tous cas à mon avis une excellente façon de se réconcilier avec la viande sèche de cochon et la réintroduire dans les apéritifs d'où elle aurait pu être bannie pour des motifs diététiques.

Pauvre en graisses nocives, riche en protéines et parmi les meilleures, ces petites tranches de cochon sont

délicieuses et pour couronner le tout, elles ne sont pas halal !

Bon appétit !

Maxime