

«Sans lait, je vais très bien»



Du lait sans lactose – comment donc?

On trouve de plus en plus de produits sans lactose dans les rayons des supermarchés. Voulant savoir comment ils sont fabriqués, la *Tribune du droguiste* a donc visité une laiterie d'Obergerlafingen (SO). Bon à savoir: le lactose n'est pas du tout extrait du lait dé lactosé.

Texte Denise Muchenberger (traduction: Claudia Spätig) Photos Anita Vozza Illustrations fotolia

Quand Andreas Lanz arrive à la laiterie à 4 heures du matin et enclenche les machines, il commence par produire les produits laitiers sans lactose. Car, selon des directives très strictes, leur production doit être clairement séparée, dans le temps ou dans l'espace, de la production normale afin de garantir que les machines ne contiennent plus aucun résidu de lactose. Après que le lait fourni par les fermes de la région a été contrôlé et goûté, il est versé dans un des trois réservoirs de 15 000 litres. Il est ensuite purifié et pas-

teurisé, avant d'être transformé en lait sans lactose. Mais on n'utilise pas de processus compliqué pour extraire le lactose (sucre de lait) comme la mention «sans lactose» pourrait le laisser penser. «Nous ajoutons simplement au lait une enzyme, sous forme liquide, qui scinde le lactose», explique Andreas Lanz. L'enzyme appelée lactase scinde le lactose en ses deux constituants, le glucose et le galactose. Ces sucres simples peuvent ensuite être digérés sans problème, car les personnes qui souffrent d'intolérance au lactose (voir encadré page 8) présentent souvent un déficit en lactase.

«Le lait conserve donc ses valeurs nutritives, on ne lui enlève rien dans ce sens», explique le laitier. Qui ajoute: «Mais comme les deux sucres simples ont plus de goût que le sucre complexe qu'est le lactose, le lait dé lactosé est souvent perçu comme plus sucré que le lait normal.» Selon la procédure de production, il faut soit six à sept heures, soit une journée entière pour que l'enzyme ait scindé tout le sucre de lait. «Pour la production de lait, nous ajoutons l'enzyme au lait froid, la scission dure alors plus longtemps.» Pour la production de yaourt, en revanche, le lait peut déjà être tiède, ce qui accélère tout le processus – et le lait est déjà dé lactosé et prêt à être transformé après seulement six à sept heures. Ce n'est qu'une fois la transformation des produits certifiés par aha! Centre d'Allergie Suisse terminée que l'équipe de Lanz SA entame la fabrication des produits laitiers «normaux». Le soir, les machines sont nettoyées et stérilisées, afin qu'absolument aucun résidu de lactose n'y subsiste.

Il est imaginable d'élargir l'assortiment

L'introduction, il y a plus de quatre ans, de la fabrication de produits sans lactose n'a pratiquement rien changé pour l'entreprise Lanz SA d'Obergerlafingen. «Nous avons simplement dû adapter les procédures de fabrication. Un changement qui a très bien fonctionné avec tout le personnel», assure Andreas Lanz. Et le fait que cette laiterie familiale, créée il y a 75 ans par le père de notre interlocuteur et désormais aux mains de la deuxième génération, ait opté pour la fabrication de produits sans lactose s'explique très simple-

Lysopaine®
Le duo puissant contre le mal de gorge

Antiviral et anti-inflammatoire

Soulage la douleur pendant plus de 3 heures

Boehringer Ingelheim (Schweiz) GmbH

Veuillez lire la notice d'emballage.

ment: «La demande n'a cessé de croître ces dernières années. Nous approvisionnons beaucoup de homes et d'établissements hospitaliers, et ce sont en particulier ces clients qui demandent de plus en plus de produits sans lactose.» L'entreprise produit actuellement six sortes de yaourts ainsi que de la crème et un lait entier pasteurisé pour des clients industriels. L'offre en produits dé lactosés est donc limitée, surtout si l'on pense que l'entreprise soleuroise propose entre 150 et 200 produits laitiers différents: beurre, fromage à pâte dure, mélanges pour fondue, lassi, yaourts, riz au lait, desserts, notamment la crème brûlée, et diverses sortes de lait – ce n'est là qu'un bref aperçu de son large assortiment. Et il est bien possible qu'Andreas Lanz élargisse encore son assortiment de produits sans lactose: «En tant que PME, nous nous adaptons aux attentes de nos clients. Si la demande concernant un produit en particulier augmente durablement, nous pouvons sans autre aussi en produire une variante exempte de lactose.»

Personnellement, le laitier soleurois ne souffre ni d'allergie ni d'intolérance et quand il doit tester le goût de ses yaourts, il ne perçoit pas de différence entre ceux avec et ceux sans lactose. «La branche alimentaire est en constante évolution, en particulier parce que les tendances alimentaires, les intolérances et les allergies sont devenues des thèmes importants. Il est passionnant de réagir à tout cela, notre profession n'en est que plus intéressante et motivante.»

Pour simplifier le quotidien

Depuis un certain temps, même les personnes qui ne souffrent d'aucune intolérance optent volontiers pour des produits sans lactose ou sans gluten, comme Georg Schächli a pu le constater. Le directeur de aha! Centre d'Allergie Suisse rappelle qu'il n'existe que peu d'études scientifiques portant sur l'évolution de la fréquence des intolérances alimentaires. Il est donc difficile d'affirmer que les cas ont effectivement augmenté. «En revanche, il est indéniable que la maladie cœliaque, par exemple, se trouve plus souvent sur le radar diagnostic des médecins et que les méthodes de détection se sont améliorées et affinées.» Ce qui augmente les chances de diagnostiquer effectivement les personnes concernées.

D'autres personnes, qui ne sont pas allergiques, choisissent d'instinct des produits sans lactose ou sans gluten. Qu'en pense Georg Schächli? «Si des gens sans allergie ni intolérance se sentent mieux en consommant de tels produits, tant mieux pour eux.» En principe, aha! Centre d'Allergie Suisse recommande les produits certifiés sans lactose ni gluten par SAS Service Allergie Suisse SA à toutes les personnes qui, pour des raisons de santé, en ont besoin. «De très nombreuses personnes concernées nous contactent pour nous dire à quel point elles sont ravies car ces produits permettent de rendre le quotidien de toute leur famille plus simple et plus sûr.»



Voilà plus de quatre ans qu'Andreas Lanz fabrique des produits laitiers sans lactose – et la demande ne cesse de croître.

Lysopaine[®] Voice

Double action

✓ **Réduit l'enrouement**

✓ **Renforce la voix**

Lysopaine Voice

Lysopain Voice

Boehringer Ingelheim (Schweiz) GmbH