

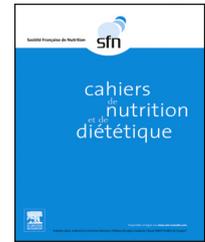


Disponible en ligne sur

ScienceDirect
www.sciencedirect.com

Elsevier Masson France

EM|consulte
www.em-consulte.com



ALIMENTS

Les œufs et les ovoproduits dans l'alimentation des Français

Eggs and egg products in the French diet

Françoise Nau^a, Juliane Flourey^a, Hayo van der Werf^b,
Anne-Emmanuelle Le Minous^{c,*}

^a AGROCAMPUS OUEST, INRA, UMR1253 science et technologie du lait et de l'œuf, 35042 Rennes, France

^b INRA, UMR1069 sol, agro-hydrosystèmes, spatialisation, 35042 Rennes, France

^c ADRIA développement, Creac'h Gwen, 29196 Quimper, France

Reçu le 15 juillet 2015 ; accepté le 16 février 2016

MOTS CLÉS

Œuf ;
Ovoproduit ;
Densité
nutritionnelle ;
Alimentation
durable ;
Consommation

Résumé Par la qualité de ses protéines et lipides, et sa densité en vitamines et minéraux, l'œuf est un aliment de choix. Mais la consommation moyenne d'œuf en France est faible : entre 20 et 30 g/jour/personne, soit 3 à 4 œufs par semaine. Malgré sa forte densité nutritionnelle, l'œuf ne contribue donc que modestement aux apports nutritionnels observés (2 à 3%), à l'exception de la vitamine D (≈10%). Les enquêtes auprès des consommateurs montrent que, bien que largement infondé, l'argument santé « teneur en cholestérol » freine encore la consommation d'œufs. En réalité, une consommation d'œuf accrue n'augmente pas le risque cardiovasculaire, jusqu'à un œuf par jour au moins. Par ailleurs, de nombreuses études ont montré les possibilités de modulation du profil nutritionnel de l'œuf, ce qui permettrait également d'augmenter la part des œufs dans les apports nutritionnels observés, et ce pour plusieurs nutriments. Associées à son faible impact environnemental, les qualités nutritionnelles de l'œuf pourraient faire de cet aliment l'une des clefs d'un système alimentaire plus durable.

© 2016 Société française de nutrition. Publié par Elsevier Masson SAS. Tous droits réservés.

KEYWORDS

Egg;
Egg product;
Nutritional density;
Sustainable food;
Consumption

Summary Considering the quality of its proteins and lipids, and its vitamins and minerals content, egg is a qualitative food. But in France, the average consumption of eggs is low: between 20 to 30 g/day/person, i.e. 3 to 4 eggs per week. Despite its high nutritional density, egg then provides a low part of the nutrients actually consumed by the population (2 to 3%), except vitamin D (≈10%). Consumer surveys show that, even highly unjustified, health consideration (cholesterol content) still bridles egg consumption. Actually, nutritional studies show that an increased egg consumption does not increase cardiovascular risk, up to 1 egg per day at least.

* Auteur correspondant.

Adresse e-mail : aelm@adria.tm.fr (A.-E. Le Minous).

Moreover, many studies demonstrated that the nutritional profile of egg can be easily modified; this could also increase the contribution of eggs in the dietary intakes, and this for many different nutrients. Combined with its low environmental impact, the nutritional qualities of egg could make this food a part of the solution for a more sustainable food system.

© 2016 Société française de nutrition. Published by Elsevier Masson SAS. All rights reserved.

Introduction

Les consommateurs montrent un intérêt de plus en plus grand pour la qualité de leurs aliments. Quelles qualités nutritionnelles intrinsèques, quelles quantités consommer, pour quel impact environnemental, tout cela restant soumis à l'arbitrage du prix [1]. Dans ce contexte, l'œuf présente l'avantage d'être un aliment peu onéreux, sûr, qui ne souffre d'aucun interdit culturel ou religieux. Cependant son image nutritionnelle est sujette à croyance et polémique auprès du grand public. Source de protéines de qualité, d'acides gras essentiels, de vitamines et minéraux biodisponibles, la perception du risque cardiovasculaire lui reste néanmoins et injustement associée.

Ce travail de synthèse documentaire permet, en prospectant différents champs de recherche (nutrition, économie, sciences sociales) d'apporter des éléments de réponses aux questions suivantes :

- quelle est la consommation d'œufs et d'ovoproduits en France ?
- Comment contribuent-ils aujourd'hui aux apports nutritionnels ?
- Peuvent-ils demain contribuer à améliorer nos apports nutritionnels ?

Les œufs et les ovoproduits

Selon les estimations de la FAO (organisation des nations unies pour l'alimentation et l'agriculture), la production d'œufs de poules dans le monde a atteint 68,3 millions de tonnes en 2013 [2]. La Chine est le premier producteur mondial, suivie de l'Union européenne, des États-Unis, de l'Inde et du Japon. Au sein de l'Europe, c'est la France qui est le majeur contributeur avec 14,8 milliards en 2013 ou 2014. Depuis 2004, une réglementation européenne permet d'assurer la traçabilité en imposant de préciser sur l'étiquette et sur la coquille de l'œuf le mode d'élevage des poules pondeuses (0 : bio, 1 : plein air, 2 : sol, 3 : cage), le pays d'origine, et un identifiant correspondant au producteur.

En France, le grand public connaît essentiellement l'œuf sous sa forme « œuf coquille ». Mais une part importante des œufs (40 %) est aujourd'hui transformée en ovoproduits [3]. Ce terme désigne les produits obtenus à partir de tout ou partie de l'œuf après élimination de la coquille. L'essentiel des ovoproduits résulte de procédés industriels faisant intervenir a minima une étape de cassage, avec éventuellement séparation du blanc et du jaune, une filtration et une pasteurisation avant conditionnement, depuis la brique de 500 mL au conteneur d'une tonne, voire à la citerne ; ils peuvent également être formulés (sels, sucre, texturants), congelés ou séchés. Les clients sont alors principalement l'industrie agroalimentaire, et dans une moindre mesure la

restauration hors domicile, pour lesquels ils permettent une facilité d'emploi et de stockage et une garantie sanitaire. Mais il existe également toute une gamme d'ovoproduits cuisinés (œufs durs, omelettes, œufs pochés...) à destination du consommateur, soit directement, soit via la restauration collective.

Que sait-on de la consommation d'œuf aujourd'hui en France ?

Qui de l'œuf ou de la poule... des chiffres qui peuvent paraître incohérents

Deux approches peuvent permettre d'estimer la consommation d'œufs et d'ovoproduits : les données de production et les recueils de consommation.

Les acteurs de la filière se basent sur des *données de production*, estimées à partir du nombre de poules pondeuses mises en place en élevage. Au sein de l'Union européenne à 27, la consommation alimentaire d'œufs et d'ovoproduits s'élève à environ 6,15 millions de tonnes en 2013, soit 200 œufs par habitant (12,2 kg par habitant), avec cependant d'importantes variations entre États membres. Certains pays atteignent à peine 180 œufs par personne et par an (Irlande, Portugal, Pays-Bas), alors que d'autres, comme le Danemark consomment annuellement presque 300 œufs par habitant. En France, la consommation annuelle par habitant est estimée à 216 œufs en moyenne sur les trois dernières années. Sur la base de 50 g consommables par œuf, cela représente donc 30 g d'œuf par jour et par habitant, œuf coquille et ovoproduits confondus [2].

Les agences nationales comme l'ANSES, en charge de l'évaluation des risques et des bénéfices nutritionnels et sanitaires liés à l'alimentation, utilisent quant à elles les *données individuelles de consommation* qui reposent sur les déclarations d'un échantillon représentatif de la population vivant en France métropolitaine. Les données de consommation utilisées ici ont été extraites des résultats de la deuxième édition de l'enquête Individuelle Nationale des Consommations Alimentaires (INCA2), conduite entre 2006 et 2007 auprès de 4079 personnes de 3 à 79 ans [3]. Si l'on considère le seul groupe aliment « œuf et ovoproduit », la consommation atteint 12,5 g/j/personne équivalent frais, ce qui représente moins de 2 œufs par personne et par semaine. Mais de nombreuses autres catégories d'aliments contiennent des ovoproduits : pâtes aux œufs, pâtisseries, viennoiseries, quiches, sauces... En pondérant la quantité consommée de chacun de ces aliments par le pourcentage moyen d'œuf dans chaque recette, nous avons pu estimer la consommation d'œuf par ces aliments vecteurs. En ajoutant ces apports aux consommations du groupe aliment « œuf et ovoproduits », la consommation moyenne d'œuf atteint alors 20 g/j/personne, soit moins de 3 œufs par personne et

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/2681731>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/2681731>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)