



Les huiles végétales

Consommation directe

Groupe Lipides du 1^{er} juillet 2008

Plan de la présentation

Présentation des huiles en bouteille



Marché français des huiles en bouteille



Actions déjà réalisées par le secteur



Pistes d'engagement

Présentation des huiles en bouteille

Présentation des huiles en bouteille

Matières premières

Production des huiles végétales

Les différents types d'huile

Composition nutritionnelle des huiles



Marché français des huiles en bouteille



Actions déjà réalisées par le secteur



Pistes d'engagement

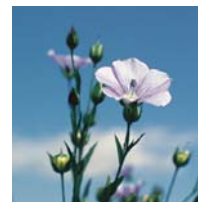


Les matières premières

✓ Les huiles végétales sont issues de graines ou de fruits oléagineux :

× Graines :

- ☞ Colza
- ☞ Tournesol
- ☞ Tournesol oléique
- ☞ Soja
- ☞ Lin
- ☞ Maïs
- ☞ Pépin de raisin
- ☞ Arachide
- ☞ ...





Les matières premières

× Fruits :

☞ Palme, palmiste, coprah



☞ Noix, noisettes, pistaches



☞ Olives



☞ ...

Procédé de fabrication

- ✓ **Procédés de fabrication des huiles de fruits et des huiles de graines**

Schéma de fabrication

✓ Différents types d'huiles en bouteille

× Huiles vierges :

- ☞ Mono-fruits ou mono-graines : olive, noix, noisette, amande, pistache, pignon, colza grillé, tournesol, etc...
- ☞ Ou combinées

× Huiles raffinées :

- ☞ Mono-graines : colza, tournesol, tournesol oléique, soja, maïs, arachide
- ☞ Combinées : mélange de différentes huiles végétales



Les différents type d'huile

✓ Exemple d'un linéaire





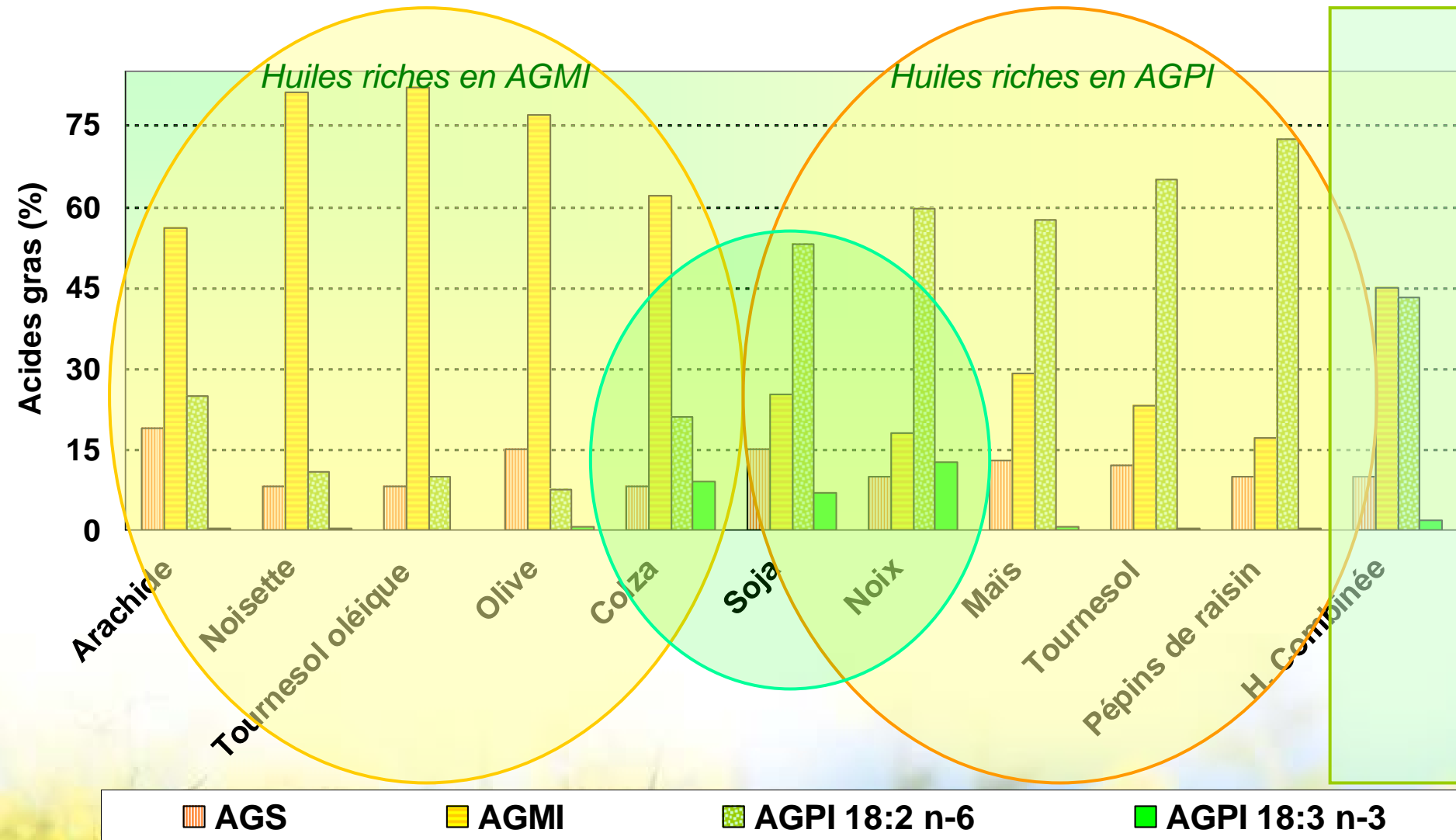
Composition nutritionnelle des huiles

- ✓ **Caractéristiques nutritionnelles des huiles végétales :**
 - ✗ 100 % de lipides
 - ✗ Huiles fluides, donc composées majoritairement d'acides gras insaturés : plus l'huile est fluide, plus elle est riche en acides gras polyinsaturés
 - ✗ Vecteur naturel de vitamine E
 - ✗ Vecteur possible pour tout autre constituant liposoluble (vit D, DHA...)
 - ✗ Pauvre en acides gras trans (inférieur à 1% pour la grande majorité des huiles)



Composition nutritionnelle

AGS, AGMI, AGPI (en % Ac.GTot.)





Composition nutritionnelle

✓ Quelques exemples de composition nutritionnelle pour des huiles combinées

	AGS	AGMI	AGPI	AGtrans	oméga 6	oméga 3	DHA
Huile combinée	8.3	60.6	31.1	0.25	25.8	5.3	-
Huile combinée olive	9.7	57.7	32.6	0.4	27.2	5.4	-
Huile combinée DHA	7.4	69.2	23.4	0.46	17	6.1	0.3
Huile spéciale friture	10.4	38.2	51.4	0.1	51.2	0.2	-
Huile tournesol/tournesol oléique	10	44	46	0.18	45.8	0.2	-

Marché français des huiles végétales

Présentation des huiles en bouteille



Marché français des huiles en bouteille

Chiffres clé du secteur des huiles végétales

Structure du marché

Part de marché des huiles végétales

Consommation d'huile végétale



Actions déjà réalisées par le secteur



Pistes d'engagement

✓ Le marché français en 2007/08

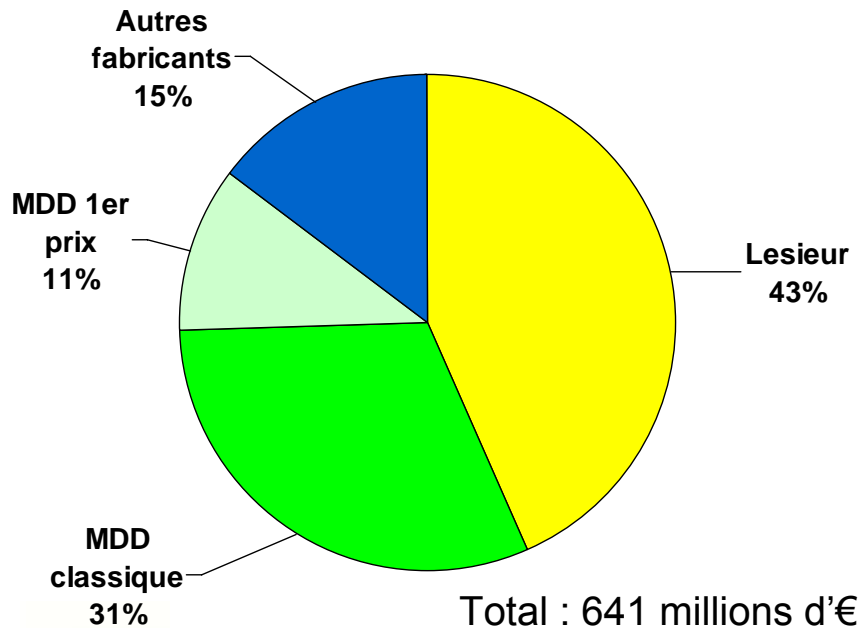
- × En valeur : 641 millions d'euros
- × En volume : 230 millions de litre
- × Consommation : 3.8 kg/hab/an

Source : Données Panel Nielsen, sur 12 mois, fin P5 (mai 2008)

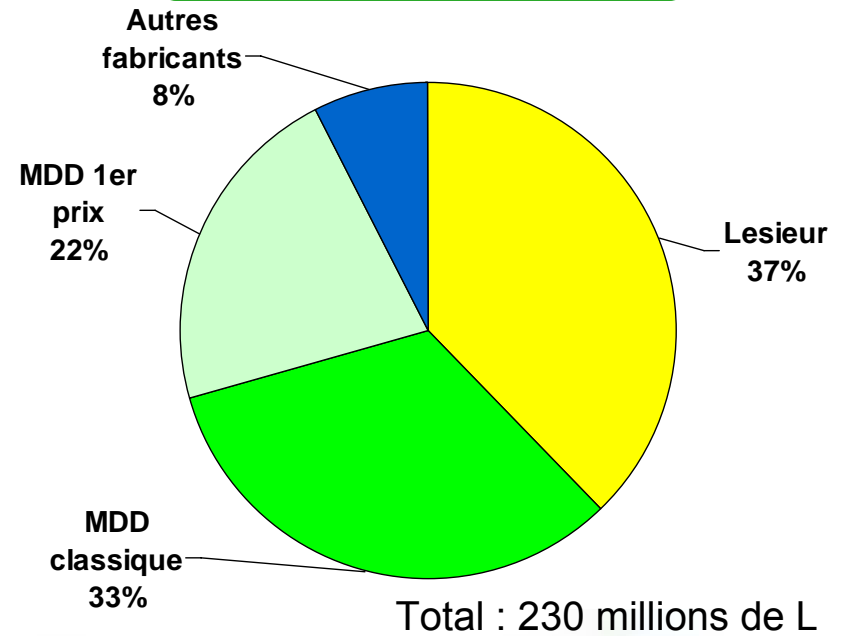
Structure du secteur

- ✓ Le marché est dominé par les marques d'une entreprise et par les MDD ...

Répartition du marché en valeur



Répartition du marché en volume



Source : Données Panel Nielsen, sur 12 mois, fin P5 (mai 2008)

- ✓ ... bien qu'il existe de nombreux opérateurs en France (tritrateurs – raffineurs – conditionneurs)

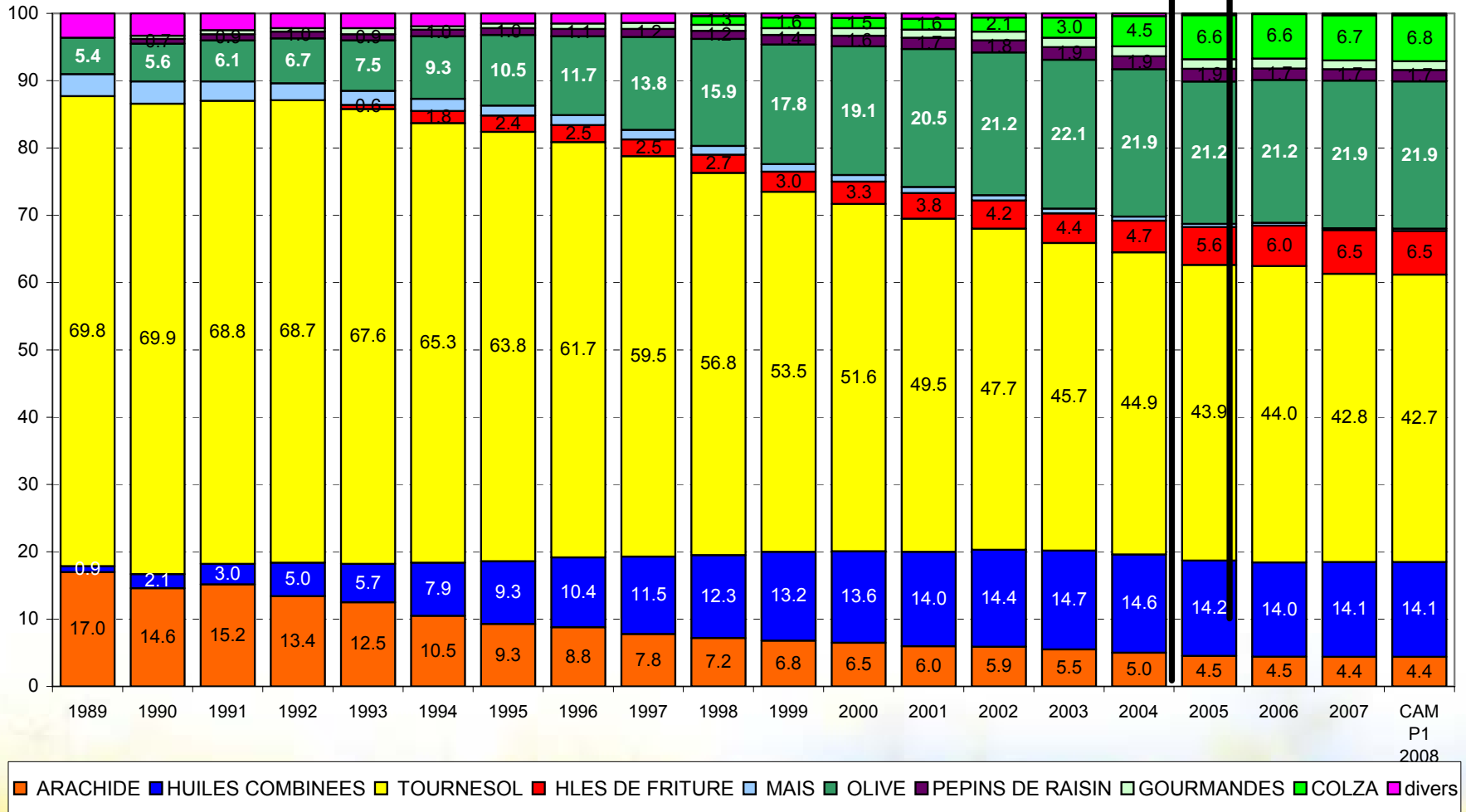
- ✓ **Une offre selon le type de graine**
- ✓ **Une offre diversifiée d'huiles à goût**
- ✓ **L'apparition des huiles combinées depuis 1990**

Parts de marché des huiles

Parts de Marché Volume - HM+SM

sources : jusqu'à 2004, panel distri sample IRI (HMSM) , depuis 2005, panel distri census Nielsen (HMSM)

Changement de fournisseur panel et de méthodologie





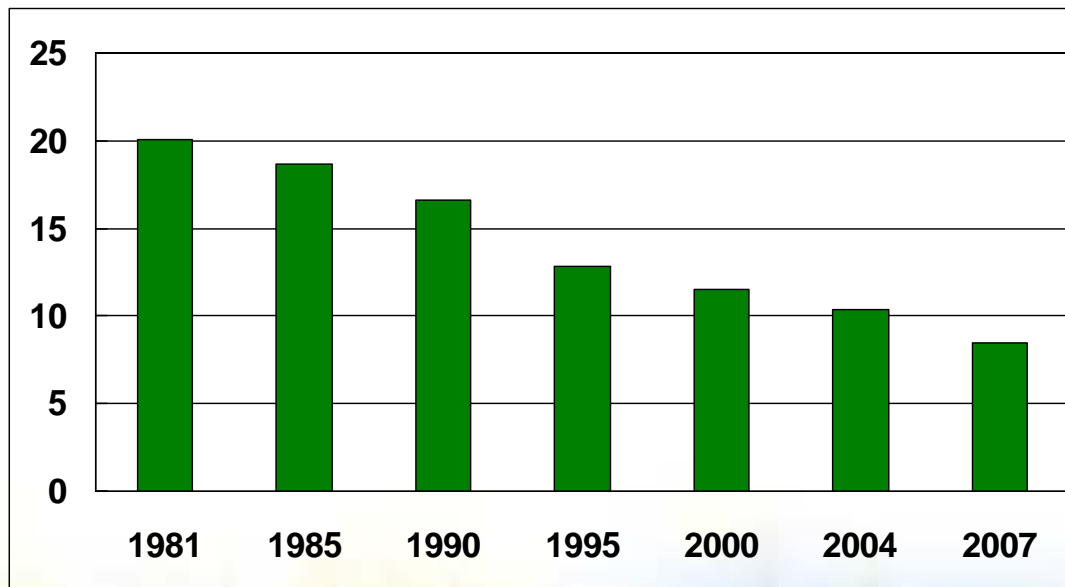
La consommation

✓ Recul de la consommation directe :

✘ Comme pour l'ensemble des matières grasses, la consommation d'huile diminue depuis plusieurs années :

☞ En 1981 : 20,1 litres par foyer

☞ En 2007 : 8,5 litres par foyer



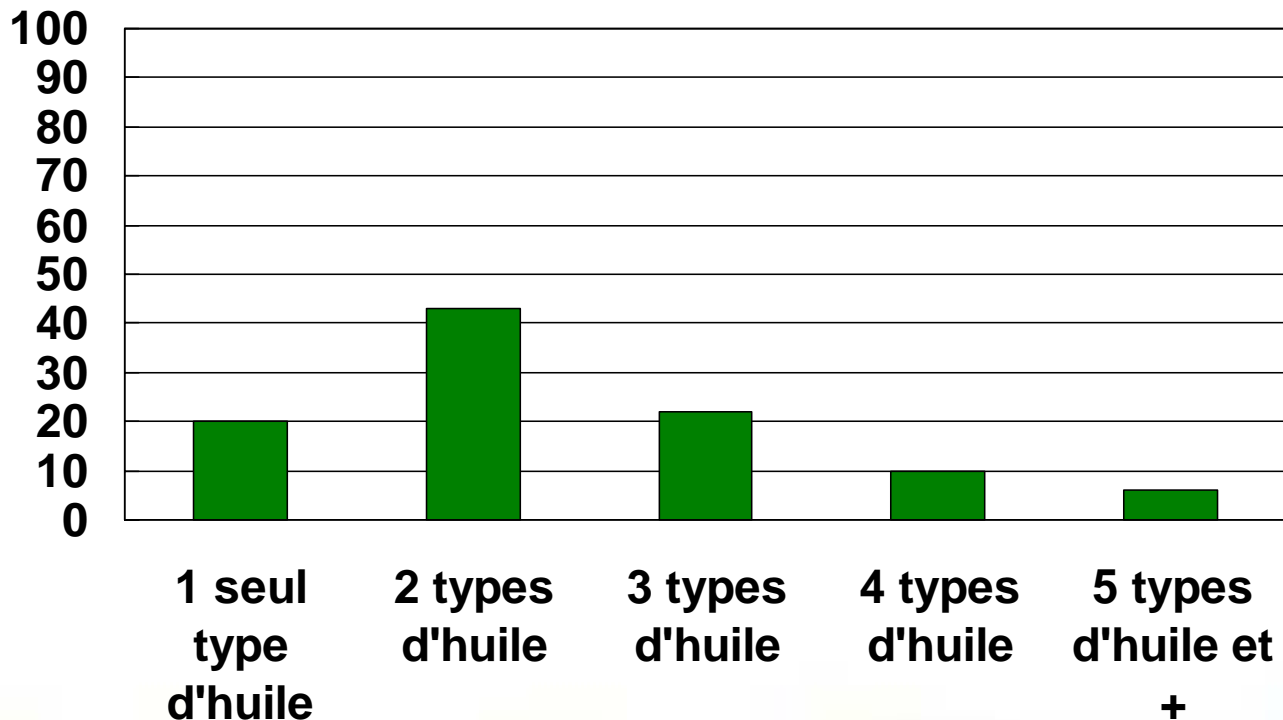
Consommation d'huile (L) par foyer depuis 1981



La consommation

✓ Habitudes de consommation

× Équipement des foyers en huiles

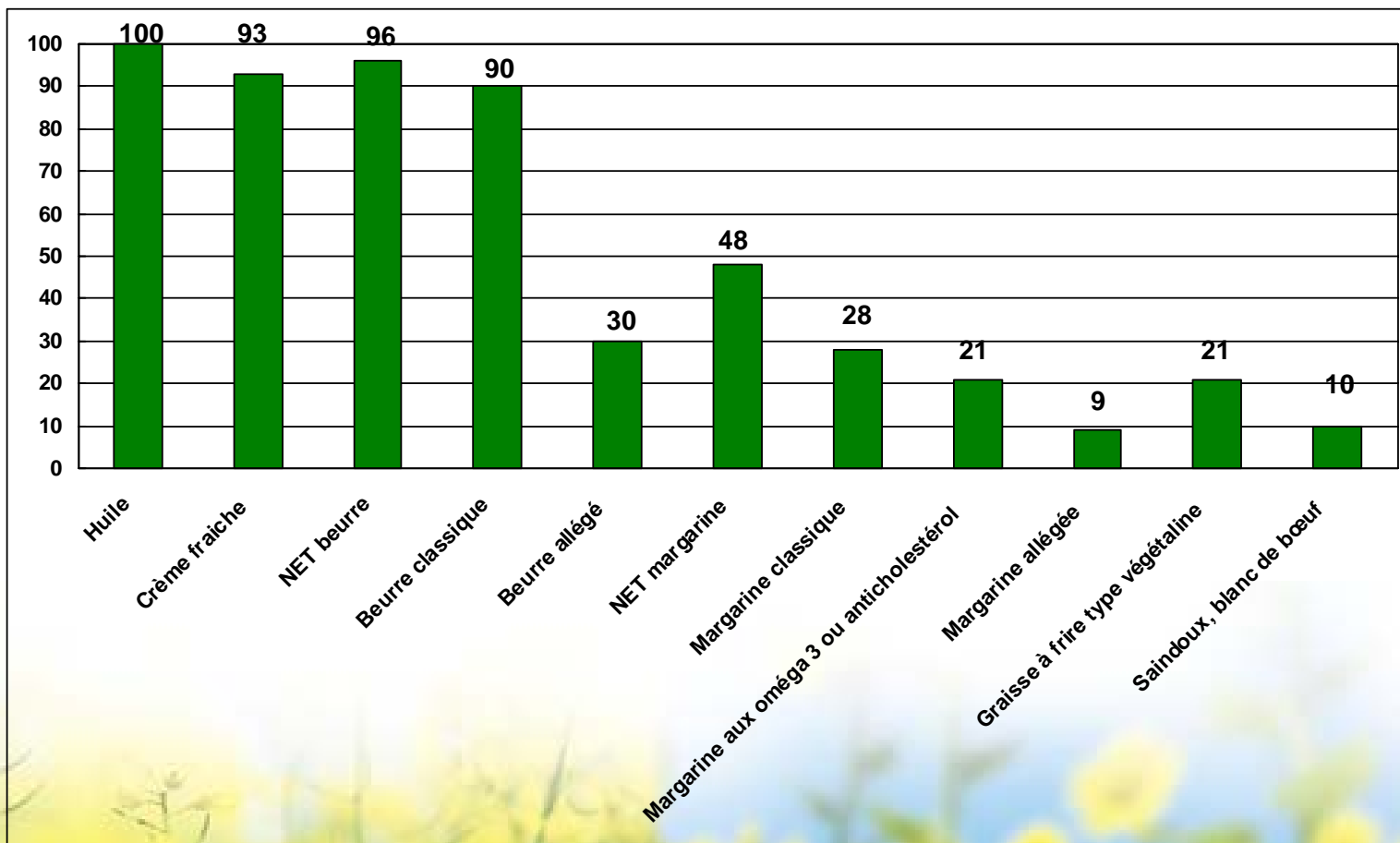




La consommation

✓ Habitudes de consommation

- ✗ Consommation déclarée de matières grasses (foyers déclarant consommer ces matières grasses).

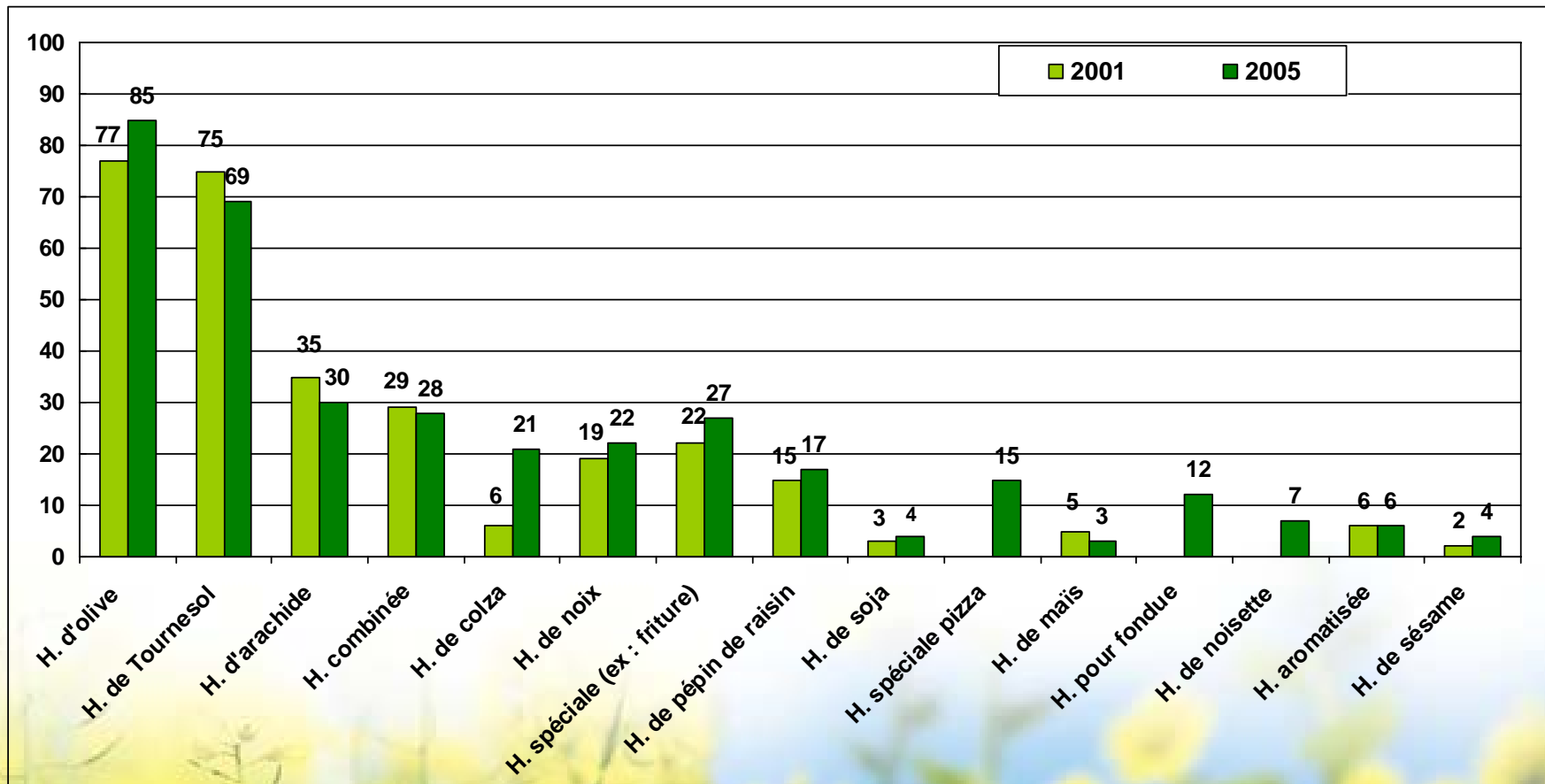




La consommation

✓ Habitudes de consommation

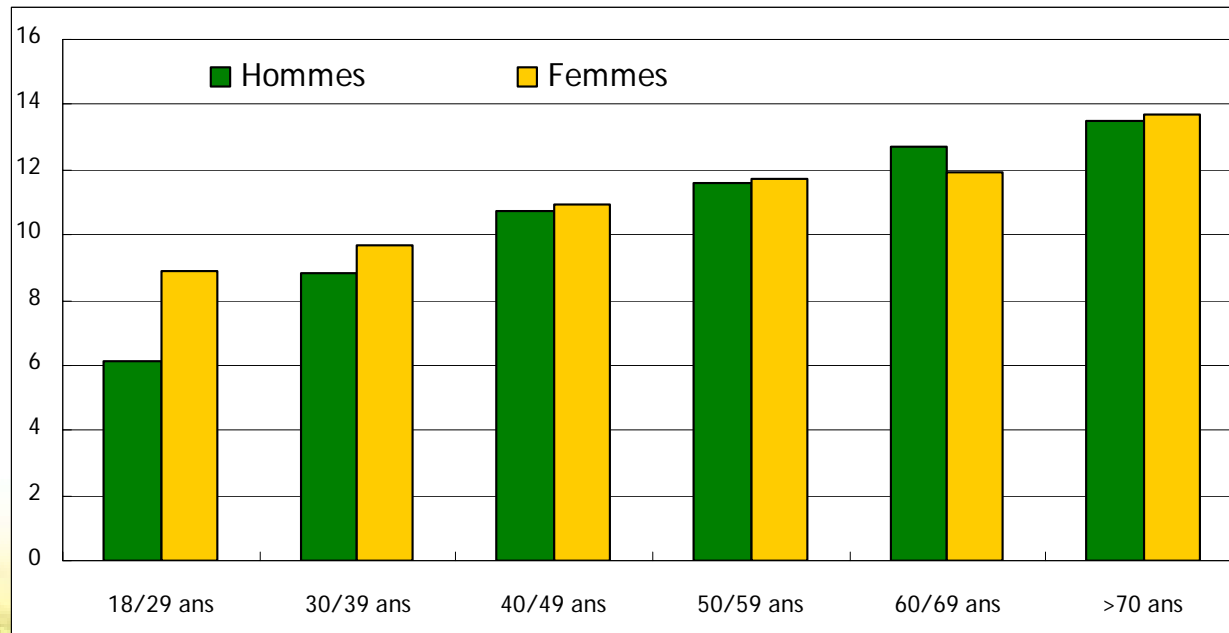
- ✗ Evolution de la consommation des types d'huile (quelles sont les huiles que vous utilisez, au moins de temps en temps)





Contribution aux apports en lipides

- ✓ D'après INCA 2, la consommation moyenne chez l'adulte est de 10,6 g/jour (1^{er} contributeur avec 11,5% environ)
 - ✗ Peu de variation selon le sexe
 - Femmes : 10,7 g/jour
 - Hommes : 10,6 g/jour
 - ✗ Une variation selon l'âge





Contribution aux apports en lipides

✓ Chez l'adulte

- ✗ AGS : 7ème contributeur avec environ 4,2% des apports
- ✗ AGMI : 1er contributeur avec 17% environ
- ✗ AGPI : 1er contributeur avec 17,5% environ

✓ *Chez l'enfant :*

- ✗ Lipides totaux : 1^{er} contributeur (8,5 % environ)
- ✗ AGS : 12ème contributeur (3% environ)
- ✗ AGMI : 1^{er} contributeur (12,5% environ)
- ✗ AGPI : 1^{er} contributeur (16% environ)

Source : INCA 2

Actions déjà réalisées par le secteur

Présentation des huiles en bouteilles



Marché français des huiles en bouteille



Actions déjà réalisées par le secteur

Amélioration de la composition des huiles

Information du consommateur



Pistes d'engagement



✓ Apparition des huiles combinées dès 1990

- × Association de quatre variétés de graines complémentaires (tournesol, oléisol®, soja, pépins de raisin)

✓ Oméga 3

- × Relance de l'huile de colza à partir de 2004

✓ Equilibre oméga 6 / oméga 3

- × Depuis le rapport de l'AFSSA sur les $\omega 3$ en 2003, et grâce au nouveau décret sur les huiles de 2008, les industriels ont intégré ce critère $\omega 6/\omega 3 < 5$.

✓ Améliorations variétales

- × Un travail avec l'amont agricole a permis le développement de nouvelles variétés avec des caractéristiques nutritionnelles plus intéressantes
ex : tournesol oléique



Pistes d'engagement

Présentation des huiles en bouteilles



Marché français des huiles en bouteille



Actions déjà réalisées par le secteur



Pistes d'engagement

Amélioration de la composition des huiles

Information du consommateur



✓ Un frein majeur :

La composition des huiles est définie d'une part de façon réglementaire, et d'autre part par l'amont agricole :

- ☞ Par définition des huiles, pas de possibilité d'agir sur la teneur en AG : 100%
- ☞ Les huiles végétales fluides sont déjà pauvres en AGS (en général moins de 15%), et en AG trans (en général moins de 1 %)



Composition nutritionnelle

✓ Les pistes envisageables :

× Composition des huiles de graine ou de fruit :

- ☞ Les efforts sur la sélection variétales peuvent être poursuivis, pour essayer d'améliorer les caractéristiques nutritionnelles des huiles.
- ☞ Dans le cas des huiles raffinées, la composition en micronutriment pourrait être améliorée en optimisant les process industriels.

× Huiles combinées :

- ☞ Pour certaines huiles combinées, et grâce au nouveau décret sur les huiles de 2008, il est encore possible d'améliorer le rapport $\omega 6/\omega 3$.

× Utilisation d'autres matières premières :

- ☞ Les huiles végétales pourraient plus généralement servir de vecteur pour des molécules liposolubles (vit D, iode, DHA)
- ☞ Par ailleurs, de nombreuses huiles végétales, très peu utilisées jusqu'à présent, pourraient constituer des pistes de recherche pour l'amélioration globale de la composition nutritionnelle des huiles ex : huile de carotte, de lys, ...



- ✓ **Les engagements sur l'étiquetage nutritionnel**
 - ✗ Une démarche a été initiée par les Huileries de France, pour développer un étiquetage nutritionnel spécifique aux huiles :
 - ☞ étiquetage de l'énergie en face avant, pour 10g d'huiles
 - ☞ étiquetage en face arrière des « big 4 », ou des « big 8 » dans le cas d'un produit portant une allégation
 - ✗ Cette démarche est menée au niveau européen.
 - ✗ Une plaquette a été développée pour l'expliquer, et a été traduite pour les différents pays de l'UE.

Information du consommateur

Introduction

L'étiquetage des aliments est conçu pour apporter des informations légales de différentes natures sur les produits : dénomination, poids, liste des ingrédients, durée de conservation, adresse du fabricant...

En France, comme en Europe, de nombreuses sociétés commercialisant des huiles ont choisi d'unir leurs compétences pour harmoniser la communication nutritionnelle sur l'ensemble des huiles végétales, afin d'en faciliter la compréhension et d'améliorer la lecture des étiquettes.

Bien que les huiles végétales accompagnent au quotidien nos repas, leur composition nutritionnelle, qui varie d'une huile à l'autre, est loin d'être bien connue par chacun.

Améliorer la connaissance des spécificités de chaque huile va nous permettre de faire des choix éclairés tenant compte aussi bien des **ASPECTS GUSTATIFS** que des **PROFILS NUTRITIONNELS** des différentes huiles.



Information en face avant de la bouteille



Le logo "Energie"



Le logo "Energie" indique la quantité de Calories apportées par une cuillère à soupe d'huile végétale (10 g) : 90 kcal. Toutes les huiles apportent la même quantité d'énergie*.

*L'énergie apportée par les aliments peut être exprimée en Calories ou en kcal, toutes deux signifiant la même chose.

Le saviez-vous?

- Le besoin énergétique moyen d'un adulte est estimé entre 1800 et 2000 Calories par jour.
- Les besoins en Calories varient selon le sexe, l'âge, la taille et le niveau d'activité physique.
- Une cuillère à soupe d'huile couvre 4 à 5 % des besoins quotidiens en énergie d'un adulte.
- La quantité d'huile utilisée ne correspond en général PAS à la quantité consommée : de l'huile reste toujours dans le fond de l'assiette, du saladier ou dans la poêle.
- La plupart des aliments frits ne retiennent que 10 à 15 % d'huile.

Information du consommateur

Information au dos de la bouteille

Guide de lecture de la composition nutritionnelle

Le **tableau de composition nutritionnelle** précise l'apport en nutriments pour 1 cuillère à soupe (10 g) et pour 100 g d'huile.

Les nutriments sont les éléments composant nos aliments, ils vont être utilisés par notre organisme pour apporter de l'énergie, entretenir et renouveler nos cellules, ...
On distingue les macro-nutriments (protéines, glucides, lipides, fibres) nécessaires au quotidien en quantité importante et les micro-nutriments (vitamines, minéraux...) qui sont précieux et essentiels mais en plus faible quantité.

En accord avec la réglementation la quantité d'énergie, de protéines, de glucides et de lipides est toujours indiquée. Quand une huile végétale présente en plus un apport spécifique (vitamine D, par exemple) et le valoriser, l'apport en vitamine D devra être précisé, ainsi que celui des fibres, sucres et sodium.

Comme tout aliment d'origine totalement végétale, les huiles ne contiennent pas de cholestérol.

Valeur nutritionnelle moyenne	10 g (1 cuillère à soupe)	100 g
Énergie	90 kcal 370 kJ	900 kcal 3700 kJ
Protéines	0 g	0 g
Glucides dont	0 g	0 g
- sucres	0 g	0 g
Lipides	10 g	100 g
dont		
- saturés	1,2 g	12 g
- monoinsaturés	2,6 g	26 g
- polyinsaturés	6,2 g	62 g
Cholestérol	0 mg	0 mg
Fibres	0 g	0 g
Sodium	0 g	0 g
Vitamine D	0,5 µg (10% de AJR)	5 µg (100% de AJR)

La **portion de 10 g** (1 cuillère à soupe) permet à chacun d'apprécier les quantités consommées et de comprendre les apports nutritionnels réels qui en découlent.

AJR (Apport Journalier Recommandé)

L'AJR indique pour chaque vitamine ou sel minéral, la quantité quotidienne conseillée.

Lorsqu'une vitamine ou un sel minéral est indiqué dans la composition nutritionnelle, la réglementation impose de préciser le pourcentage de l'AJR en cet élément couvert par une portion ou par 100g.

Les huiles végétales, sources de nutriments essentiels

LIPIDES ET ACIDES GRAS

Les lipides sont les seuls macronutriments présents dans les huiles végétales.

Les lipides fournissent au corps de l'énergie, participent à la construction des cellules et sont vecteurs d'importants nutriments essentiels.

Les lipides sont constitués d'éléments appelés "acides gras" qui portent des noms différents selon leur formule et leur structure.

On distingue :

- les saturés
- les monoinsaturés (oméga 9)
- les polyinsaturés (oméga 6 et oméga 3)

Les oméga 6 et oméga 3 sont considérés comme ESSENTIELS, car notre organisme ne sait pas les fabriquer mais en a besoin au quotidien pour son bon fonctionnement.

Les huiles végétales contiennent en majorité des acides gras monoinsaturés et polyinsaturés qui ne sont pas présents en quantité suffisante dans notre alimentation habituelle en Europe.

Les huiles végétales sont classées selon leur composition en acides gras, cette composition va déterminer leurs propriétés nutritionnelles.

Huiles végétales riches en oméga 9

Olive / Tournesol / Huile de tournesol à haute teneur en acide oléique / Noisette / Arachide

Huile végétale riche en oméga 3 et oméga 9

Colza

Huiles végétales riches en oméga 3

Soja / Noix

Huiles végétales riches en oméga 6

Tournesol / Maïs / Pépin de raisin

Des huiles combinées, mélanges d'huiles qui associent les spécificités nutritionnelles de chacune d'elles, existent aussi sur le marché, comme la gamme des huiles Isio.

MICRO-NUTRIMENTS ESSENTIELS

Les huiles végétales sont des sources alimentaires très importantes de vitamine E et représentent un excellent vecteur pour l'enrichissement en nutriments (vitamine D, DHA, iode, ...)

Les huiles d'olive sont source de polyphénols, antioxydants qui protègent nos cellules contre les radicaux libres et le vieillissement.



Comprendre
l'étiquetage
nutritionnel
des huiles

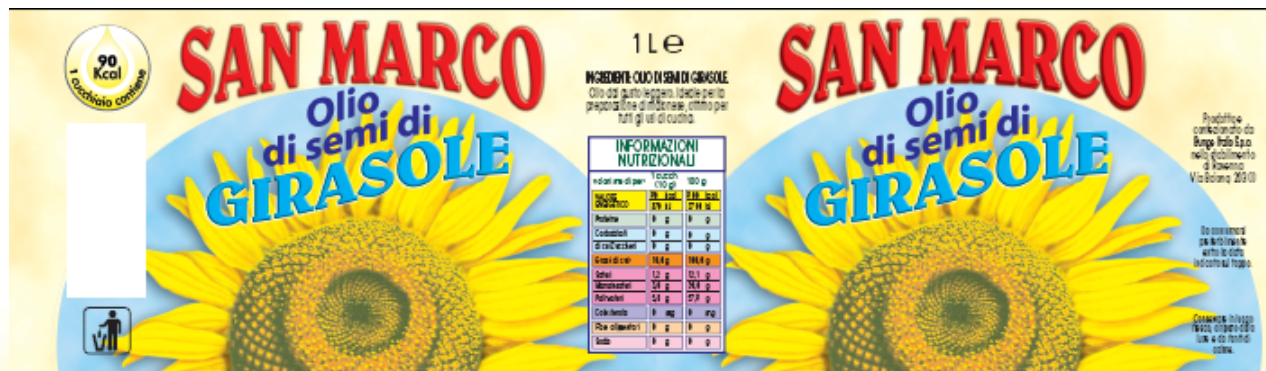
Information du consommateur

huileries de france

✓ Exemple d'étiquette en France



✓ Exemple d'étiquette en Italie





Conclusions

- ✓ Les huiles végétales sont des produits apparemment simples, mais :
 - ✗ sont des vecteurs importants de micronutriments,
 - ✗ apportent de l'énergie « qualifiée »,
 - ✗ ont des usages multiples, et permettent de donner du goût à des plats, promouvant ainsi la consommation de certains aliments, comme les fruits et légumes.
- ✓ Au cours de ces dernières années, leur statut a évolué :
 - ✗ on est passé d'un aliment-ingrédient de base, à un aliment-ingrédient permettant de combiner goût, praticité (huiles multi-usages) et nutrition.
- ✓ Enfin, ce sont des produits dont la composition est fixée en amont et en aval, et qu'il est donc difficile de faire évoluer.