

## ÉCONOMIE CIRCULAIRE AVEC DES FRUITS ET LEGUMES

par Julien COUAILLIER<sup>(\*)</sup>

### Des produits de saison à consommer hors saison

Maïs, haricots, petits pois, flageolets, pêches, choux..., tous les fruits et légumes sont mis en boîte et appertisés au meilleur de leur saison. Et, parce que les usines sont implantées à proximité des lieux de production, il ne s'écoule pas plus de 6 heures<sup>1</sup> entre la récolte et la mise en boîte pour la majorité des fruits et légumes appertisés. À moins de posséder son propre potager, c'est le moyen le plus court entre la récolte et la cuisson du légume. Rappelons que les légumes représentent plus de 65 % du volume de conserves vendues en France<sup>2</sup>. Si elle respecte au plus près les saisons lors de sa mise en boîte, la conserve permet aux consommateurs de profiter toute l'année d'un produit de saison, et permet ainsi de respecter la saisonnalité des produits tout en les consommant au moment souhaité.

### Des aliments de qualité simplement mis en boîte

Pour les conserves de légumes, on ajoute de l'eau ou un bouillon, parfois un peu de sel et rien d'autre. Idem pour les conserves de fruits où on ajoute parfois un peu de sucre, et rien d'autre... L'appertisation est une technique qui permet de conserver un aliment ou une recette par une cuisson à plus de 100 °C sans ajouter un quelconque conservateur. L'appertisation est l'une des méthodes de conservation les plus saines et les plus sûres. De nombreux tests sont effectués pour vérifier le sertissage des boîtes et donc leur parfaite étanchéité garantissant une conservation des aliments dans la durée à température ambiante. Il faut noter que le Nutri-Score du panier moyen de consommation des conserves par les foyers français est A<sup>3</sup>. Par rapport au sel, grâce aux améliorations des différentes recettes faites par les conserveurs, la teneur moyenne est autour d'1 gramme de sel pour 100 grammes d'aliments<sup>4</sup>. Pour le sucre dans les conserves de fruits, les recettes sont moins sucrées pour se rapprocher d'une teneur globale plus proche du fruit frais. L'ajout du sucre dans le liquide recouvrant le fruit a surtout pour but de compenser la perte de sucre du fruit dans ce liquide, par effet de dilution et ainsi garder intact le goût des fruits en conserve. En termes de nutriments, la conserve préserve l'essentiel du frais.

---

<sup>(\*)</sup> Délégué général de l'Union interprofessionnelle pour la Promotion des Industries de la conserve Appertisée.

<sup>1</sup> Uppia

<sup>2</sup> Uppia

<sup>3</sup> Credoc pour Uppia, novembre 2021 à partir des données CCAF 2019

<sup>4</sup> Ciqua

### **Des boîtes recyclables à l'infini**

Tout aliment doit être emballé pour être protégé lors de son transport ou de son stockage en magasin ou même chez le consommateur final. Que devient cet emballage une fois l'aliment consommé ? Il sera recyclé ou valorisé. En effet, les performances de recyclage progressent mais tous les matériaux ne disposent pas des mêmes atouts en termes de recyclage. Or le recyclage est un enjeu important pour la planète car les réserves de ressources ne sont pas infinies. Concernant la boîte de conserve, il faut savoir que son taux de recyclage atteint aujourd'hui 90 %<sup>5</sup> pour l'emballage en acier et 60 %<sup>6</sup> pour l'emballage en aluminium. Mais le principal intérêt de ces deux matériaux est qu'ils peuvent être recyclés un nombre infini de fois en conservant leurs propriétés initiales. Leur recyclage permet de réutiliser 169 000 tonnes d'acier par an soit l'équivalent du poids de 17 tours Eiffel, et 4 800 tonnes d'aluminium par an<sup>7</sup>. Les améliorations des procédés de production et les performances de recyclage des emballages de conserves permettent d'éviter l'émission de 381 000 tonnes de CO<sub>2</sub> par an dans l'atmosphère<sup>8</sup>.

### **Un stockage long ne nécessitant pas d'énergie**

Le transport des conserves de leur lieu de production à leur lieu de vente ne rend pas nécessaire l'usage de camion frigorifique. Pour les conserves de légumes, la distance moyenne parcourue par les camions entre le lieu de production et le lieu de vente est en moyenne de 400 kilomètres<sup>9</sup>. Les progrès en recherche et développement ont permis d'optimiser la fabrication des boîtes et ainsi de réduire leur masse de 30 % en 20 ans<sup>10</sup>. Sur les 3 milliards de boîtes fabriquées en France par an, cela représente une diminution de 24 000 tonnes de métal<sup>11</sup>. Donc moins de matière première et moins de poids à transporter. Chez le particulier, le stockage est simple, stable et durable. La conservation à température ambiante ne nécessite ni réfrigération ni congélation, et le stockage ne nécessite aucune dépense énergétique. 58 % des clients achètent de la conserve pour la stocker<sup>12</sup>. Il faut en effet savoir que la date de durabilité minimale (DDM, ex-DLUO) des conserves est comprise entre 2 et 5 ans.

### **Une manière efficace de lutter contre le gaspillage alimentaire**

D'après l'Ademe, un tiers de la production alimentaire mondiale est gaspillé. En France, cela représente chaque année 10 millions de tonnes d'aliments du champ à l'assiette. Dans les ordures ménagères et assimilées, on trouve l'équivalent de 20 kg par habitant et par an de déchets alimentaires, dont 7 kg de produits alimentaires encore emballés. Après la récolte, la pêche ou la réalisation d'une recette : les aliments ou les plats cuisinés sont directement mis en conserve, ce qui limite au maximum le gaspillage. La conserve permet de lutter contre le gaspillage alimentaire, car son procédé de transformation (l'appertisation), accessible à tous, permet de suspendre le temps et de conserver des aliments pendant plusieurs années à

---

<sup>5</sup> Ademe, 2018

<sup>6</sup> Ademe, 2018

<sup>7</sup> Uppia

<sup>8</sup> Apeal

<sup>9</sup> GoodwillManagement pour Uppia, 2018

<sup>10</sup> SNFBM

<sup>11</sup> SNFBM

<sup>12</sup> Kantar pour Uppia, 2018

température ambiante. Le stockage à température ambiante des conserves permet également de réduire tout risque sanitaire lié à une éventuelle rupture de la chaîne du froid qui nécessiterait la destruction des denrées alimentaires. L'adaptation des formats de la boîte métallique aux usages courants de consommation permet de cuisiner la juste quantité nécessaire : portions individuelles ou familiales pour la cuisine de maison ou grand format pour la restauration collective, à chacun selon ses besoins.

### **L'Uppia en bref**

Créée en 1989 par et pour tous les acteurs de la filière, l'UPPIA est l'Union interprofessionnelle pour la promotion des industries de la conserve appertisée. L'UPPIA représente l'ensemble de la filière conserve française : producteurs de métal, fabricants d'emballages métalliques, producteurs de conserves (légumes, poissons, plats cuisinés, fruits, desserts, viandes, foie gras, charcuterie). L'UPPIA informe collectivement sur ce qu'est la conserve : procédé de transformation inventé en 1795 (appertisation), contenant recyclable à l'infini (boîte métallique) et aliment (qualités sanitaire et nutritionnelle préservées).

### **Mini CV :**

Julien Couaillier aime tisser des liens, relier les personnes. Ses domaines de prédilection sont la communication, l'agriculture, l'agro-alimentaire en particulier et le vivant en général.

Diplômé en 2004 de l'Agro Toulouse INP-Ensat, Julien Couaillier débute sa carrière en tant que journaliste dans l'agence TVAgri avant de rejoindre Passion Céréales, la collective d'informations de la filière céréalière, à sa création, en 2005. Il est aujourd'hui délégué général de l'Uppia, la collective d'informations de la filière conserve, depuis janvier 2015.

Très engagé dans la vie associative, il est président d'UniAgro, la fédération des ingénieurs et scientifiques du vivant, depuis 2016. Il est aussi président du Conseil de l'Ecole Nationale Supérieure Agronomique de Toulouse (INP-ENSAT) depuis 2020.