

LE MONDE EN CHIFFRES – HABITUDES ALIMENTAIRES DES FRANÇAIS

Voix off

Longtemps croquée en béret avec une baguette sous le bras, la caricature du Français a un peu jauni. On consomme presque deux fois moins de pain qu'il y a 40 ans. On en grignote 130 grammes par jour, soit une demi-baguette. Et pour l'accompagner, il faut bien du fromage. En la matière, les Français restent champions du monde : 26 kilos par an, on savoure l'équivalent d'une centaine de camemberts. Dans l'hexagone, c'est donc plutôt fromage et dessert : en moyenne 2000 yaourts et autres crèmes desserts engloutis chaque année. Le lait, lui, est pourtant à la peine : le Français en consomme trois fois moins qu'un Irlandais. Le régime alimentaire a changé en un demi-siècle. Les Français sont moins carnassiers : 86 kilos de viande par an, ça baisse. Le porc est numéro 1 : chaque Français dévore l'équivalent de 500 tranches de jambon et 40 côtes de porc ou encore l'équivalent de 110 cuisses de poulet par an. Mais la viande rouge, elle a perdu des couleurs : le bœuf est troisième, 24 kilos par an. Très demandée, la viande hachée, car simple à préparer. Les plats cuisinés ayant la cote, les légumes frais l'ont un peu moins. Si les Français gardent la patate comme légume préféré, ils en consomment quand même 43 kilos de moins qu'il y a 40 ans. Les fruits, eux, sont en vogue : la fraise est la préférée, suivie de la pomme et de la banane. Le slogan « manger cinq fruits et légumes par jour » porte donc un peu ses fruits. Seule ombre au tableau : la consommation de boissons sucrées, elle progresse. Et pour le régime, c'est pas top.