



## Les légumineuses à l'honneur !

# Lancement d'une grande campagne de communication pour valoriser les légumineuses auprès des jeunes



Paris, le 22 février 2022 – Terres Univia<sup>1</sup>, l'interprofession des huiles et protéines végétales, la FNLS<sup>2</sup>, Fédération Nationale des Légumes Secs, la FIAC<sup>3</sup>, Fédération des Industries d'Aliments Conservés et Interfel<sup>4</sup>, l'interprofession des fruits et légumes frais - unissent leurs forces et lancent une grande campagne de communication conjointe. L'objectif est de mettre un coup de projecteur sur les légumineuses auprès des jeunes de 8 à 18 ans et de leurs parents.

La campagne, qui a démarré le 10 février, Journée internationale des légumineuses, est co-financée via des fonds France Relance, dans le cadre de la Stratégie nationale en faveur des protéines végétales et du Programme national pour l'alimentation 2019-2023. Les actions seront déclinées en trois volets complémentaires afin de sensibiliser tous les publics et en priorité les jeunes générations : enfants-parents, santé-nutrition et restauration scolaire-collective.

La campagne, résolument tournée vers le plaisir, met en scène des recettes gourmandes dans l'optique de faire (re)découvrir et aimer les légumineuses dans la cuisine du quotidien. L'objectif est de faire adhérer tous les publics à la recommandation du 4<sup>e</sup> Programme National Nutrition Santé (PNNS) de consommer des légumineuses au moins 2 fois par semaine.



## Une idée légumineuse !

La campagne se déclinera tout au long de l'année autour du slogan : « une idée légumineuse », qui joue avec le mot « légumineuse » de manière dynamique, joyeuse et colorée. Une signature qui invite à la création et l'imagination, car les légumineuses sont des solutions pleines de goût, anti train-train et bonnes pour la planète !

## « Les légumineuses : une famille d'aliments vertueux qui gagne à être connue »

**Actrices de la biodiversité.** Les légumineuses sont la troisième plus importante famille de plantes à fleurs sur la planète, présente sur tous les continents avec environ 765 genres et 19 500 espèces différentes<sup>5</sup>. Elles se définissent comme des plantes dont les fruits comestibles sont contenus dans des gousses, et sont constituées des légumes secs (lentilles, fèves, pois chiches et haricots secs, etc.) et des plantes riches en protéines telles que : soja, lupins, féveroles et pois protéagineux, etc.

**Bénéfiques pour l'environnement.** Les cultures de légumineuses fixent l'azote de l'air, ce qui permet d'enrichir les sols et de réduire l'émission de gaz à effet de serre puisque l'apport en engrais azotés de synthèse est de ce fait limité. Cultivées depuis l'Antiquité, elles sont très utiles dans la rotation des cultures. Les légumineuses cultivées en France présentent de nombreux atouts en termes de durabilité.

**Bonnes dans l'assiette.** Les légumineuses sont, selon celles considérées, riches ou sources de fibres, protéines végétales, acides aminés essentiels, minéraux, vitamines B ou bien encore de glucides complexes. Bénéficiant de surcroît d'un indice glycémique faible et naturellement dépourvues de gluten, elles contribuent à un bon équilibre alimentaire compatible avec la plupart des régimes.

**Douces pour le porte-monnaie.** Peu onéreuses et simples à cuisiner, les légumineuses offrent une infinité de recettes, sucrées ou salées et préparations variées en provenance de tous les pays du monde, quelle que soit la saison. Disponibles sèches ou fraîches, précuites, en conserve ou surgelées, les légumineuses s'adaptent à toutes les envies et à tous les modes de consommation.



## « Manger des légumineuses au moins deux fois par semaine »

**La majorité des Français ne consomme pas assez de légumineuses** selon l'enquête du CREDOC « Place des légumineuses dans les comportements et attitudes alimentaires des Français » réalisée en mai 2021 et conçue dans le cadre du programme Cap Protéines<sup>6</sup>.

**Seules 48%** des personnes interrogées en consomment au moins une fois par semaine.

**34%** des Français, et même **47%** des 25-34 ans, ne savent pas comment les préparer.

**36%** d'entre eux trouvent les légumineuses longues à préparer.

**30%** déclarent en consommer une fois par semaine.

Et seulement **18%** déclarent en consommer plus d'une fois par semaine avec une surreprésentation des personnes plus âgées.

Au final, le niveau de consommation de légumineuses des Français est le plus faible des pays d'Europe (moins de 2 kg par an et par habitant contre près de 4 kg en moyenne en Europe selon l'étude Weindel et al. 2020), alors que le PNNS recommande d'en manger au moins deux fois par semaine !

Les légumineuses pâtissent surtout d'un déficit de notoriété (perçues comme trop longues à préparer, peu digestes ou pas assez variées) alors qu'elles répondent à toutes les attentes de consommateurs d'aujourd'hui.

« Les Français méconnaissent les légumineuses, cette famille d'aliments est pourtant incroyable, d'où un déficit de consommation. Et beaucoup de personnes ne savent pas trop comment les cuisiner et en sous-estiment les qualités nutritives et gustatives » explique Antoine Wassner, administrateur de la FNLS.

## « Les légumineuses sont l'un des principaux aliments de l'assiette de demain »

« Soudés par la conviction que les légumineuses sont l'un des aliments des assiettes d'aujourd'hui et de demain, nous avons pris le parti, tous ensemble, de joindre nos forces autour d'une grande campagne de promotion des légumineuses afin de les faire aimer et les faire connaître auprès des jeunes publics, en valorisant notamment la grande valeur nutritionnelle et la durabilité des légumineuses cultivées en France. » conclut Laurent Rosso, Directeur de Terres Univia.



### À propos :

<sup>1</sup> **Terres Univia est l'interprofession des huiles et des protéines végétales.** Elle regroupe les principales associations et fédérations professionnelles de la production, la commercialisation, la transformation et l'utilisation des oléagineux et des plantes riches en protéines. Ses missions : la connaissance des productions et des marchés, la promotion de la filière et de ses produits, le pilotage des dispositifs de qualité, le soutien aux actions de R&D, l'organisation des pratiques professionnelles et la diffusion de ses connaissances auprès des professionnels.  
**Pour en savoir plus :** [www.terresunivia.fr](http://www.terresunivia.fr)

<sup>2</sup> **La Fédération Nationale des Légumes Secs (FNLS) regroupe différents acteurs de la filière des légumes secs** : semenciers, courtiers/importateurs et metteurs en marché de produits secs. La FNLS est membre de l'Association Nationale Interprofessionnelle des Légumes Secs (ANILS) au sein de laquelle producteurs et metteurs en marché échangent sur les surfaces et volumes de production. Ils mutualisent leurs moyens en vue de solutions optimales de traitement des cultures. La FNLS est membre de l'Association Des Entreprises de Produits Alimentaires Elaborés (ADEPALE) [www.adepale.org](http://www.adepale.org)  
**Pour en savoir plus :** [www.legume-sec.com](http://www.legume-sec.com)

<sup>3</sup> **La Fédération française des Industries d'Aliments Conservés (FIAC) a été créée en 1997. Elle rassemble les entreprises de toute taille et de tout statut fabriquant des aliments conservés et en particulier les conserves (ou produits appertisés) et semi-conserves.** Les entreprises sont réparties dans des « Groupes produits » (fruits, légumes, maïs doux, tomates, champignons, truffes, plats cuisinés, foies gras, escargots, poissons, anchois etc.). Dans chacun d'eux, l'actualité fait l'objet de débats, de propositions et d'actions pour optimiser le contexte économique et juridique dans lequel évoluent les entreprises. La FIAC est membre de l'Association Des Entreprises de Produits Alimentaires Elaborés (ADEPALE).  
**Pour en savoir plus :** [www.adepale.org/syndicat/fiac](http://www.adepale.org/syndicat/fiac)

<sup>4</sup> **Interfel est une interprofession créée en 1976, qui rassemble l'ensemble des métiers de la filière fruits et légumes frais.** Toutes les fonctions sont représentées : production, coopération, expédition, importation, exportation, commerce de gros, distribution (grandes surfaces, commerces spécialisés et restauration collective). Organisme de droit et d'initiative privés, Interfel est reconnue interprofessionnelle nationale agricole par le droit rural français, ainsi que par l'Union européenne depuis le 21 novembre 1996 dans le cadre de l'Organisation commune de marché (OCM) unique.  
**Pour en savoir plus :** [www.interfel.com](http://www.interfel.com) / [www.lesfruitsetlegumesfrais.com](http://www.lesfruitsetlegumesfrais.com)

<sup>5</sup> Source : « New Subfamily Classification of the Leguminosae and Insights into Plastomes of the Mimosoid Clade »

<sup>6</sup> **Cap Protéines**, le programme de recherche, développement, innovation et transfert du Plan Protéines lancé par les pouvoirs publics dans le cadre de France Relance, et plus particulièrement au sein du projet « Partager les informations du producteur au consommateur ».

### Financé par :



### Contact Presse

Gulfstream Communication | Pierre Maurel | 06 20 48 53 71 | [pmaurel@gs-com.fr](mailto:pmaurel@gs-com.fr)