

■ Les produits festifs du réveillon

Les produits alimentaires

- Le caviar
- Le chocolat
- Les coquilles Saint-Jacques
- Les dindes
- Le foie gras
- Les huîtres
- Le saumon
- Les truffes et produits truffés
- Les volailles



Le caviar



Les qualités gustatives d'un caviar, sa rareté et son prix dépendent de l'espèce, mais aussi de son mode d'élevage (milieu, eau, alimentation) et de sa préparation. Consultez l'étiquette avant d'acheter un produit !

D'où provient le caviar ?

Le caviar est composé d'œufs d'esturgeon salé.

On les retrouve dans l'hémisphère Nord, en Europe, au Nord de l'Asie et en Amérique du Nord et désormais également en Amérique du Sud (Uruguay notamment).

L'ensemble des poissons de cette famille est considéré par la Convention internationale pour la protection des espèces menacées d'extinction (CITES) comme une espèce en voie de disparition et fait, à ce titre, l'objet de restrictions de pêche et de commercialisation.

Parmi les vingt-quatre espèces d'esturgeons recensées à travers le monde, le Sévruga (*Acipenser stellatus*), l'Osciètre (*Acipenser gueldenstaedti*) et le Béluga (*Huso huso*) fournissent la majorité du caviar sauvage. Les caviars d'élevage sont développés à partir des espèces *Acipenser baeri*, *Acipenser naccari*, *Acipenser gueldenstaedti*, *Acipenser transmontanus*. Des caviars dits hybrides se développent également.

Bon à savoir

Compte tenu des mesures de conservation des esturgeons, les exportations de caviars issus d'animaux sauvages sont interdites depuis 2011.

Aujourd'hui, la quasi-totalité du caviar commercialisé provient de poissons d'élevage d'origines diverses (France, Espagne, Italie, Bulgarie, République tchèque, USA, Russie, Iran, Chine, etc.).

En France, la production provient de l'espèce *Acipenser baeri* (originaire de Sibérie). Les élevages sont localisés dans les eaux de la Gironde.

Le caviar

Comment est-il produit ?

Le caviar est composé d'œufs d'esturgeons ou plus précisément d'ovocytes (cellules sexuelles femelles immatures). Le cycle de reproduction des esturgeons est très long. Ils atteignent leur maturité sexuelle entre cinq et vingt ans, ce qui explique la rareté du caviar.

Au printemps et à l'automne, aussitôt après la pêche, les esturgeons sont immobilisés et on sépare les mâles des femelles. Les œufs sont ensuite extraits par sondage.

Le sel est le seul ingrédient indispensable au caviar. Il facilite la conservation et constitue un exhausteur de goût. Avec trop peu de sel, le caviar se détériore rapidement. Avec trop de sel, il se dessèche et devient collant.

Afin de limiter la teneur en sel et de prolonger la durée de vie du caviar, il est d'usage, en Europe, d'utiliser un conservateur, l'acide borique (E284) ou son sel (E285), le tétraborate de sodium (borax).

Quel étiquetage ?

Il existe un code couleur pour les boîtes de caviar :

- Bleu : **Beluga ou Belouga** ;
- Jaune : **Osciètre ou Ossiètre** ;
- Rouge : **Sévrouga ou Sévruga**.

Le caviar le plus renommé et le plus cher est le Beluga. Les différences de prix s'expliquent notamment par la rareté de ce poisson.

Les utilisations abusives de l'appellation « caviar »

Au sens propre, le terme « caviar », employé seul, est réservé aux œufs d'esturgeons salés.

- **La dénomination « caviar de Polyodon »** est autorisée depuis 2006 pour la commercialisation des œufs de poissons de la famille des Polyodontidés ou « poisson spatule », famille proche de celle des esturgeons (famille des Acipensériformes) et appartenant à l'ordre des Acipensériformes. Ces poissons sont, comme les esturgeons, protégés par la CITES. Le produit est élaboré à partir de poissons pêchés dans les eaux fluviales des États-Unis.
- **La dénomination « caviar d'aubergine »** est usitée dans le domaine culinaire, désigne un hors-d'œuvre traditionnel de la cuisine méditerranéenne, obtenu en mélangeant de la pulpe d'aubergine avec du jus de pamplemousse ou de citron, du sel, de l'ail, du paprika, de la coriandre et de l'huile.
- **L'appellation « caviar rouge »** est employée abusivement pour désigner des œufs de saumon.
- **L'expression « caviar d'escargot »** est abusivement utilisée pour des œufs d'escargot.
- **Se développent, depuis quelques années, des préparations à base d'algues ou de chair de poisson, d'eau, de gélifiants, d'arômes et de colorants, imitant l'aspect du caviar**, vendues parfois sous des appellations ou des marques rappelant le terme caviar. Bien que le prix soit un bon indice de la nature du produit, le consommateur doit rester vigilant et bien lire les étiquettes.

Le caviar

Le cas du « caviar d'œufs ovulés »

Depuis quelques années se développe un produit dénommé « caviar d'œufs ovulés ». Pour ce produit, les œufs sont recueillis lorsqu'ils arrivent à maturité par césarienne, ce qui permet d'obtenir plusieurs récoltes d'œufs au cours de la vie de l'animal. Pour ce type de production, l'ovulation de la femelle doit être induite par des moyens physiques ou chimiques, et la femelle doit être anesthésiée pour la récolte.

Attention, **ces œufs n'ont pas la même qualité** que les œufs immatures, notamment en ce qui concerne leur texture. Afin de remédier à cet inconvénient, les œufs sont traités par des procédés chimiques pour modifier leur structure. Malgré ce traitement, les œufs sont sensiblement différents du caviar, c'est pourquoi il est nécessaire d'indiquer la méthode de production sur l'étiquetage afin d'informer le consommateur.

Ces dernières années, la DGCCRF a relevé des infractions dans la présentation de certains produits, notamment dans les publicités sur internet : caviar d'élevage présenté comme sauvage, caviar de Polyodon présenté comme caviar, espèces hybrides mal ou pas indiquées, ou encore des dénominations d'espèces fantaisistes ainsi que les mentions trompeuses ou confusionnelles, comme la mention du lieu de conditionnement du caviar ou lieu de la mention du lieu d'élevage de l'esturgeon.

Le chocolat



Parenthèse gourmande, le chocolat reste le produit sucré préféré des Français. Pour ne pas vous tromper, lisez bien les étiquettes !

La consommation de chocolat en France

La consommation de chocolat par habitant reste à peu près stable (environ 7 kg en 2016), ce qui place les Français au 7^e rang européen.

L'an dernier, plus de 380 000 tonnes de produits de chocolat et de cacao ont été commercialisées, les tablettes représentant environ un tiers des ventes. Une proportion non négligeable de ces ventes est réalisée à l'occasion de Noël (10 %) et de Pâques (4 à 5 %).

La grande distribution totalise 80 % des achats, les 20 % restants revenant aux chocolateries et magasins spécialisés.

Plus que les autres consommateurs européens, les Français privilégient le chocolat noir au goût amer et très riche en cacao. Ils prisent de plus en plus les sélections d'origines qui confèrent aux différents produits des arômes recherchés.

À noter que les chocolatiers ont entrepris de développer une filière durable afin de mieux répondre à la demande écoresponsable de nos concitoyens.

Le chocolat est-il bon pour la santé ?

Le chocolat a longtemps été considéré comme un ennemi du foie. Ce n'est plus le cas désormais. De même, on sait aujourd'hui qu'il contient très peu de caféine. En revanche, il renferme, en faible quantité, de la théobromine, un alcaloïde spécifique du cacao, aux vertus présumées apaisantes. Il contient également de la sérotonine, antidépresseur notoire, et du magnésium.

Composition et étiquetage

À l'échelon national, la composition des produits de chocolat est définie par un décret du 29 juillet 2003 transposant une directive communautaire.

Les principales catégories de chocolat définies par ce décret sont : le chocolat, le chocolat au lait, le chocolat blanc, le chocolat fourré et le bonbon de chocolat. Pour ces produits, le principal critère de référence est, bien évidemment, la teneur minimale en cacao, qui influe sur l'intensité de la saveur.

À l'exception des bonbons en chocolat qui en sont exonérés par la directive, cette information doit figurer sur les étiquetages, au moyen de la mention « cacao : x % minimum ».

De plus, les dénominations de certains types de chocolat à teneur accrue en cacao peuvent être complétées par des mentions ou des qualificatifs de supériorité (par exemple, « noir », « extra », etc.).

Le chocolat

Le cas des truffes

L'appellation « truffes » ne peut s'appliquer qu'à une spécialité au chocolat, de la taille d'une bouchée, dans laquelle le chocolat représente au moins 25 % du poids total du produit et les matières grasses proviennent exclusivement de chocolat ou de cacao et de produits laitiers.

L'incorporation de matières grasses végétales en tant que telles¹ entraîne obligatoirement l'appellation « *truffes fantaisies* », ces deux termes devant alors être inscrits en caractères identiques.

À noter qu'il existe aussi des codes des usages pour les papillotes (bonbons de chocolat ou confiseries, entourés d'un papier intérieur et présentés dans une enveloppe individuelle) et pour le chocolat chaud (boisson).

Bien conserver son chocolat

Dans certains cas, les bonbons de chocolat fourrés, par exemple à la crème ou au beurre, peuvent faire l'objet d'un traitement physique de congélation. Ces produits sont ensuite présentés décongelés pour le consommateur final.

Les produits vendus préemballés doivent être mis en vente sous une dénomination faisant explicitement référence au traitement de congélation-décongélation subi et, en outre, comporter la mention « *Ne pas recongeler* » à proximité de leur dénomination de vente. Pour ceux vendus en vrac, la mention « *Décongelé* » doit figurer à proximité de la dénomination de vente.

D'autres procédés de conservation des chocolats par le froid peuvent être utilisés afin de préserver leurs qualités organoleptiques. Dans ce cas, une bonne information du consommateur doit être assurée sur le traitement subi ainsi que sur les conditions et la durée de conservation des produits.

Les produits préemballés doivent comporter une date de durabilité minimale sous la forme « À consommer de préférence avant fin... », suivie des conditions de conservation.

¹ Cette disposition ne vise pas les matières grasses végétales qui seraient introduites par le biais d'ingrédients incorporés pour leurs qualités organoleptiques (fruits secs, tels qu'amandes ou noisettes, par exemple).

Le chocolat

Emploi de matières grasses végétales : quel étiquetage ?

L'addition de matières grasses végétales, autres que le beurre de cacao, est limitée aux seules matières grasses suivantes : illipé, huile de palme, sal, karité, kokum gurgi, noyaux de mangue. Elles peuvent être ajoutées, seules ou en mélange, à hauteur de 5 % au maximum sans que soit réduite la teneur minimale en beurre de cacao ou en matière sèche totale de cacao.

La réglementation européenne exige l'inscription de la mention « *contient des matières grasses végétales en plus du beurre de cacao* » sur les emballages de ces produits. Cette mention doit être clairement lisible, apparaître dans le même champ visuel que la liste des ingrédients, mais de manière bien distincte par rapport à cette liste, et figurer en caractère gras au moins aussi grands que ceux de la dénomination de vente et à proximité de celle-ci.

En revanche, en France, les chocolats qui ne renferment pas de telles matières grasses peuvent être commercialisés sous l'une des dénominations spécifiquement prévues par les dispositions de l'article R. 412-48 du Code de la consommation (« *chocolat pur beurre de cacao* », « *chocolat traditionnel* » ou toute autre dénomination équivalente).

Les contrôles de la DGCCRF

La DGCCRF contrôle l'application de ces réglementations par les opérateurs, tant au niveau de la composition des produits (présence ou non de matières grasses végétales autres que le beurre de cacao) qu'au niveau de l'étiquetage (mentions obligatoires et mentions spécifiques). Ces contrôles sont opérés chez les fournisseurs de matières premières, les fabricants, les importateurs et les détaillants.

La DGCCRF vérifie ainsi que les bonbons de chocolat préemballés ou vendus en vrac sont correctement étiquetés afin d'assurer la bonne information du consommateur.

Elle peut, par exemple, relever des publicités mensongères concernant l'utilisation des mentions «chocolat maison», « chocolat artisanal » et « fabrication artisanale » qui conduisent à dresser des procès-verbaux à l'encontre des contrevenants.

Les résultats des enquêtes menées à ce jour attestent toutefois du très fort attachement des fabricants et distributeurs français aux produits de chocolat sans matières grasses végétales.

Il semble aussi que les professionnels soient encouragés en ce sens par l'opinion publique et les habitudes de consommation en France, bien ancrées s'agissant de la composition et de la qualité du chocolat.

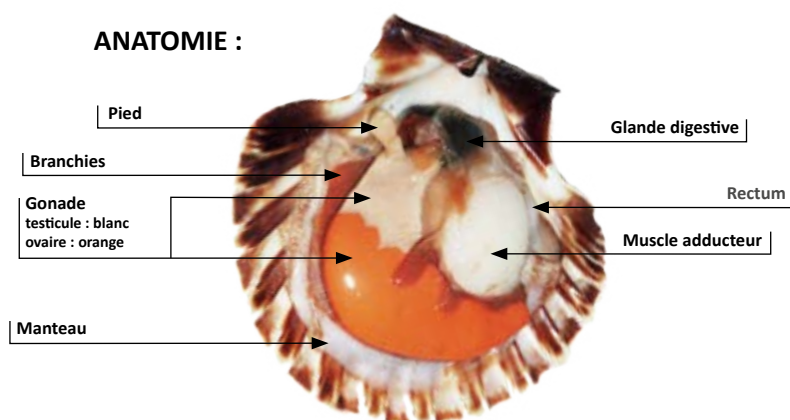
Les coquilles Saint-Jacques



Les noix de Saint-Jacques font partie des mets préférés des Français. Elles sont très prisées durant la période des fêtes. Retrouvez nos conseils pour bien les choisir et les conserver sans altérer leur qualité.

La coquille Saint-Jacques (**Pecten maximus**) est un mollusque bivalve de la famille des Pectinidés. Elle est très appréciée pour sa chair, très riche en fer, et pour son corail.

En France, la plus connue est celle que l'on trouve sur les côtes bretonnes ou normandes, relativement grande, avec une valve bombée et une valve plate, striée, de couleur blanche et ocre, avec un corail bicolore.



Bon à savoir

La croissance et l'âge de reproduction varient en fonction de l'endroit où elle vit et surtout de la quantité de nourriture disponible. Dans le gisement classé de la Baie de Seine et en Manche Est, la croissance est rapide et la reproduction a lieu dès l'âge de 2 ans. La taille réglementaire de pêche y est donc plus grande : 11 cm. Dans la Baie de Granville et en Manche Ouest, la croissance est plus lente et la reproduction se fait à partir de 2 ans et demi / 3 ans. C'est pourquoi la taille réglementaire de pêche y est fixée à 10,2 cm.

La famille des pectinidés comprend également les pétoncles :

- **le pétoncle ou vanneau** : petit, relativement ferme de consistance ;
- **le pétoncle bigarré ou pétoncle noir** particulièrement recherché.

Comment bien les choisir ?

Les coquilles Saint-Jacques doivent absolument être achetées vivantes et entières (dans leur coquilles). Si vous les achetez décoquillées, seule la noix et éventuellement le corail, vous seront vendus. Mieux vaut les choisir encore fermées, sans autre odeur que l'iode de la mer.

Si les coquilles sont ouvertes, vérifiez bien qu'elles se referment immédiatement à votre approche, cela vous garantira qu'elles sont bien vivantes.

Les coquilles Saint-Jacques

Évitez les noix trop blanches qui seront gorgées d'eau et celles qui sont conservées en saumure ou à même la glace.

Elles doivent être fermes et de couleur nacrée, signe de leur fraîcheur.

Important

Si vous achetez des noix de Saint-Jacques surgelées, sachez qu'elles seront moins bonnes en goût et qu'elles risquent de rendre énormément d'eau.

En Normandie, la qualité de la coquille Saint-Jacques est reconnue au travers de deux « Label Rouge » :

- **le Label Rouge Coquille Saint-Jacques** fraîche et entière obtenu en 2002 ;
- **le Label Rouge Noix de coquille Saint-Jacques** *Pecten maximus* fraîche obtenu en 2009.



Comment les conserver ?

Pour une bonne conservation au congélateur, séchez vos coquilles Saint-Jacques et congelez-les sur un plateau.

Une fois qu'elles sont durcies par le froid, placez-les dans des sachets hermétiques et conservez-les ainsi six semaines maximum pour qu'elles gardent leur saveur.

Si vous les achetez fraîches et que vous ne souhaitez pas les congeler, sachez qu'il vous faudra les consommer dans les 24 heures et jusqu'à 72 heures au plus tard. Placez-les à plat dans votre réfrigérateur à 4°C.

Si elles sont décoquillées, mettez-les sous film alimentaire, et conservez-les 48 heures maximum.

Les mentions d'étiquetage

L'étiquetage doit préciser :

- la dénomination ;
- le nom scientifique (ou nom latin) ;
- le mode de production (capture ou élevage) ;
- la zone de capture ou le pays d'élevage et le nom du pays d'origine.

Les consommateurs peuvent ainsi distinguer les « noix de Saint-Jacques françaises » (*Pecten maximus*) des « noix de Saint-Jacques du Canada » (*Platopecten magellanicus*) des « noix de Saint-Jacques du Chili » (*Argopecten purpuratus*) ou des « noix de Saint-Jacques de Chine » (*Clamys farreri*).

Attention

Certains commerçants proposent des préparations à base de noix de Saint-Jacques qui peuvent facilement être confondues avec des noix de Saint-Jacques non préparées. Dans ce cas, la dénomination de vente doit clairement indiquer le traitement subi par la noix, à savoir la mention « *préparation de noix de Saint-Jacques avec de l'eau ajoutée* ». Dans la liste des ingrédients vous trouverez l'indication du pourcentage d'eau ajoutée, ainsi que la liste des additifs utilisés, généralement des polyphosphates et de l'acide citrique.

Les dindes



Star de Noël, la dinde doit être choisie avec soin si vous voulez régaler vos convives. Quelles sont les variétés les plus goûteuses ? Faut-il choisir tel label plutôt qu'un autre ? Conseils pour ne pas se tromper.

C'est à Christophe Colomb que l'on doit l'arrivée de cette volaille dans nos basses-cours et sur nos tables. Lorsqu'il arrive en Amérique et qu'il découvre cet étrange volatile, il décide de le ramener en Europe. Il le baptise « Poule d'Inde », croyant avoir accosté sur les côtes orientales. Dès 17^e siècle, la dinde commence à être consommée régulièrement et ne quittera plus nos tables.

Quelle variété choisir ?

La qualité de la dinde dépend en grande partie de sa race.

- la « **dinde noire** » est l'une des plus fines. Chez votre volailler, vous la reconnaîtrez à la couleur de ses pattes ainsi qu'aux quelques plumes noires qui lui sont conservées. Son poids varie de 3 kg à 5 kg. Elle constitue le gros bataillon des « dindes fermières » ;
- la « **dinde à pattes blanches** » est beaucoup plus charnue : elle peut atteindre jusqu'à 15 kg. Son rendement élevé en viande favorise son élevage intensif. On la trouve en découpe sous forme de rôtis de dindonneau, de cuisses de dindes, etc. ;
- la « **dinde fermière** » : cette appellation ne correspond pas à une espèce mais à son mode d'élevage. C'est le règlement (CE) n° 543 /2008 qui définit ses conditions d'attribution :
 - la dinde doit être élevée dans des bâtiments hébergeant moins de 2 500 sujets et dont la densité est limitée à 10 sujets par m² jusqu'à sept semaines et à 6,25 sujets par m² au-delà, n'excédant pas 35 kg par m² à l'âge minimal d'abattage ;
 - à partir de 8 semaines, elle doit bénéficier d'un accès permanent à des parcours recouverts en majeure partie de végétation représentant au moins 6 m² par dinde ;
 - elle doit être nourrie au stade de l'engraissement avec une formule d'aliments contenant au minimum 70 % de céréales ;
 - elle ne peut être abattue qu'après 140 jours (4 mois et 20 jours).

Bon à savoir

Une dinde peut peser jusqu'à 20 kg mais ce n'est pas elle qui entrera dans votre four car elle est destinée à la découpe. Celle que vous cuisinerez pour Noël n'excèdera pas 4 kg.

Faut-il privilégier un label ?

Délivrés par l'Institut national de l'origine et de la qualité organisme certificateur (INAO), les signes officiels de qualité vous permettent d'identifier les produits qui ont bénéficié de conditions de production strictes, validées par l'État, et de contrôles de conformité réguliers.

Les dindes

À retenir

La bonne utilisation de ces signes de qualité est garantie par :

- les **organismes certificateurs**¹ qui contrôlent le bon respect des règles définissant une qualité particulière dans un cahier des charges le plus souvent homologué par les pouvoirs publics ;
 - l'**INAO** qui agréé les organismes de contrôle dans le domaine alimentaire ;
 - la **DGCCRF** qui exerce à la fois un contrôle sur les organismes certificateurs, pour s'assurer de la qualité et de réalité de leur prestation (compétence, impartialité, efficacité), et sur les produits, pour vérifier leur conformité aux règles qui leur sont applicables et la loyauté de la communication.
-
- **L'Appellation d'origine contrôlée (AOC) et l'Appellation d'origine protégée (AOP)** garantissent l'origine géographique, la méthode et le savoir-faire ;



- **L'indication géographique protégée (IGP)** garantit que le produit n'est pas issu d'une zone géographique donnée mais bénéficie d'un lien avec un territoire et d'une certaine notoriété ;



- **Le label rouge (LR)** garantit un produit de qualité supérieure. Il certifie que la volaille a été élevée en respectant les conditions fixées par le cahier des charges ;



- **La certification de conformité** est délivrée à un opérateur qui respecte les exigences posées par les règles de production, transformation et de conditionnement du produit ;



- **L'agriculture biologique** est un mode de production respectueux de l'environnement et du bien-être animal, réglementé par des textes communautaires stricts (les conditions d'élevage : l'animal doit être nourri à partir d'aliments certifiés biologiques sans OGM, surfaces de logement pour l'animal, accès au plein air).



¹ En France neuf organismes certificateurs sont désormais agréés par l'INAO : Ecocert (FR-BIO-01), Agrocourt (FR-BIO-07), Certipaq (FR-BIO-09), Bureau Veritas Certification France SAS (FR-BIO-10), SGS (FR-BIO-11), Certisud (FR-BIO-12), Certis (FR-BIO-13), Bureau Alpes Contrôles (FR-BIO-15) et Qualisud (FR-BIO-16).

Le foie gras



Mets de fête apprécié des petits comme des grands, le foie gras fait partie du patrimoine culturel et gastronomique de la France. Mais connaissez-vous ses différentes appellations ? Pour acheter en toute confiance, reportez-vous aux étiquettes !

La définition des préparations à base de foie gras est fixée par le décret n°1993-999 du 9 août 1993 relatif aux préparations à base de foie gras. Les dispositions qui y figurent renforcent la protection des consommateurs contre d'éventuelles tromperies et garantissent la loyauté des transactions.

Le foie gras doit provenir exclusivement d'oies ou de canards gavés de façon à provoquer, chez l'animal, une stéatose hépatique (les cellules du foie se chargent en graisse, notamment en triglycérides).

Appellations des produits dont l'unique matière première est le foie gras

- « **Foie gras entier** » : préparations composées d'un foie gras entier ou d'un ou plusieurs lobes de foie gras et d'un assaisonnement ;
- « **Foie gras** » : préparations composées de morceaux de lobes de foie gras agglomérés et d'un assaisonnement ;
- « **Bloc de foie gras** » : préparations composées de foie gras reconstitué et d'un assaisonnement.

Bon à savoir

La reconstitution, qui s'effectue par des procédés mécaniques (ou cutterage), consiste à émulsionner un mélange de foie gras et d'eau. Les quantités d'eau ajoutées directement et indirectement (par l'assaisonnement) ne peuvent excéder 10 % de la quantité finale de préparation. Lorsque le bloc contient des morceaux de foie gras, ces derniers doivent représenter au moins 30 % du poids du produit. Le « bloc avec morceaux » constitue le haut de gamme du « bloc de foie gras ».

Appellations des produits à base de foie gras et d'autres matières premières

Dans ces préparations sont incorporées d'autres matières premières que le foie gras. C'est pourquoi la référence au « foie gras » n'est pas autorisée dans la dénomination de vente. Elle peut néanmoins la compléter, à condition que le pourcentage de foie gras soit indiqué :

Préparation contenant plus de 50 % de foie gras :

- « **Parfaits de foie d'oie ou de canard** » : préparations contenant au moins 75 % de foie gras auxquelles sont ajoutés du foie maigre d'oie ou de canard et un assaisonnement ;
- « **Médillons ou pâtés de foie d'oie ou de canard** » : préparations contenant au moins 50 % de foie gras ou de bloc de foie gras et un assaisonnement ; elles sont présentées en noyau entouré d'une farce ;
- « **Galantines de foie d'oie ou de canard** » : préparations contenant au moins 50 % de foie gras ou de bloc de foie gras mélangé à une farce et un assaisonnement.

Le foie gras

Préparations contenant au moins 50 % de foie gras mélangés à une farce et un assaisonnement :

- « *Mousses de foie d'oie ou de canard* », le produit possède la texture caractéristique de sa dénomination.

Préparations contenant plus de 20 % de foie gras :

- la dénomination de vente pour ces produits est complétée par les termes « *au foie d'oie* » ou « *au foie de canard* ». On y trouve notamment les « *pâtés au foie d'oie ou de canard* ».

À noter

L'indication géographique protégée (IGP) « *Canard à foie gras du Sud-Ouest* » existe depuis juin 2000. Depuis le 11 octobre 1995, le poids du foie gras de canard doit être obligatoirement supérieur à 300 g, au lieu de 250 g auparavant (réglementation européenne) Un décret du 21 décembre 2000 modifiant le décret 09 août 1993 a introduit une clause de reconnaissance mutuelle. Les préparations à base de foie gras fabriquées ou commercialisées et conformes aux usages loyaux dans d'autres États membres peuvent être commercialisées en tant que telles, en France, sous réserve que leur composition et leur procédé de fabrication soient proches des préparations à base de foie gras telles que définies dans le décret précité.

Les contrôles de la DGCCRF

Les produits comprenant du foie gras sont contrôlés chaque année, aux stades de la production et de la distribution. Ces contrôles portent notamment sur la qualité des blocs de foie gras fabriqués et sur la qualité des préparations contenant du foie gras, tels les pâtés, mousses, galantines et autres spécialités au foie de canard ou d'oie.

Les huîtres



L'huître est un véritable trésor. Non seulement pour sa richesse et ses variétés mais aussi parce qu'il s'agit d'un aliment complet, tonique, riche en protéines, abondant en vitamines et minéraux, et léger ! À condition bien sûr de bien la choisir et de bien la conserver.

Savez-vous qu'entre la naissance des huîtres et la douzaine d'huîtres dans votre assiette, trois ou quatre années de culture et de soins patients sont nécessaires ?

La culture de l'huître débute en effet avec celle du naissain (larves), produit par des établissements spécialisés généralement situés dans le golfe du Morbihan et dans la région charentaise, mais également au Japon ou au Canada.

À noter

La France est un producteur d'huîtres important, très loin derrière l'Asie et les États-Unis, mais le premier producteur en Europe.

En France, les huîtres sont issues de sept régions : Normandie-Mer du Nord, Bretagne Nord, Bretagne Sud, Région Centre-Ouest, Marennes-Oléron, Arcachon-Aquitaine, Méditerranée. En réalité, l'origine des huîtres importe peu car c'est le lieu de production qui détermine la couleur et le goût du produit. Chaque huître a en effet son « terroir » : ce sont la qualité du sel, la nature du plancton et des eaux qui lui vont lui conférer ses caractéristiques si particulières.

Bon à savoir

Il existe une IGP (Indication géographique protégée, signe officiel européen) pour les huîtres affinées à Marennes-Oléron.

Les huîtres peuvent également être importées de pays d'Europe. Dans ce cas, l'étiquetage des huîtres doit en comporter la mention sous la forme « huîtres élevées en Irlande », par exemple. Des mentions d'origine plus précises peuvent être indiquées, comme « huîtres élevées en France, affinées en Vendée ».

Quelles sont les catégories d'huîtres ?

Les règles de dénomination et de calibrage des huîtres creuses ont été révisées en 2000, la traçabilité améliorée, les calibres regroupés en six catégories et l'indice de chair augmenté :

- les « **Fines huîtres creuses** » de parcs d'élevage ostréicoles français : elles ont droit à l'appellation « fines » si elles ont un indice de qualité compris entre 6,5 et 10,5. Mode de calcul : masse en grammes de la chair égouttée de 20 huîtres x 100 ; masse totale en grammes de ces 20 huîtres ;
- les « **Spéciales** » : huîtres creuses de même provenance, elles ont droit à l'appellation « spéciales » si elles ont un indice supérieur à 10,5 ;
- les « **Huîtres de claire** » : huîtres creuses des centres d'élevage ostréicoles français, affinées « en claires », bassins creusés en sol argileux, naturellement imperméables et de faible profondeur. Le fond peut se recouvrir d'une algue verte qui pénètre dans les huîtres et leur donne une belle couleur et un goût spécial, un arôme particulier : celui du « terroir ». Les claires sont séparées par des talus alimentés en eau de mer par un réseau de chenaux communiquant avec la mer.

Les huîtres

Parmi les « **Huîtres de claires** », on distingue deux sous-catégories :

- les « **Fines de claire** » : immergées en claires pendant au moins deux à trois semaines, selon l'époque de l'année, avec une densité maximale de 1 à 3 kg au mètre carré ;
- les « **Spéciales de claire** » : immergées pendant au moins deux à trois semaines avec une densité maximale de 1 à 3 kg au mètre carré. Les « Fines de claires » et les « Spéciales de claires » doivent aussi répondre aux indices de qualité des « Fines » et des « Spéciales ».

Une nouvelle variété d'huîtres

L'huître « triploïde » possède trois lots de chromosomes, alors que l'huître est naturellement biploïde (deux lots de chromosomes). Cette particularité est issue du croisement entre une huître tétraploïde (ayant subi un choc thermique agissant sur la fécondation) et une huître biploïde. Ces huîtres à l'état de larves sont exclusivement produites en éclosérie. Stérile et donc sans laitance, l'huître triploïde présente l'avantage de grossir plus vite et sa texture est constante toute l'année. Saisie par la DGCCRF, l'Anses (Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail) a confirmé l'innocuité de cette huître pour le consommateur et l'absence de risques pour l'environnement.

Les tailles des huîtres

Les huîtres sont classées suivant les conventions professionnelles selon leur poids :

- **pour les huîtres plates** : les N° 6 pèsent 20 g, les N°5 : 30 g, les N° 4 : 40 g, les N° 3 : 50 g, les N° 2 : 60 g, les N° 1 : 70 g, les N°0 : 80 g, les N° 00 : 90 à 100 g, les N°000 : 100 à 120 g.
- **pour les huîtres creuses** sont désormais classées en 6 catégories : N°0 : + de 150 g ; N°1 : de 121 à 150 g ; N°2 : de 86 à 120 g ; N°3 : de 66 à 85 g ; N°4 : de 46 à 65 g ; N°5 : de 30 à 45 g.

Les huîtres longues sont définies par leur forme et doivent avoir un poids minimum de 30 g.

Comment les conserver ?

Les huîtres ne doivent jamais être retournées afin qu'elles ne se vident pas. Elles doivent être conservées au frais entre + 5 °C et + 15 °C, à l'abri de la lumière. Vous pouvez les conserver 4 à 5 jours à condition qu'elles soient posées bien à plat. Ouvrez-les juste avant de les déguster. L'huître doit contenir de l'eau de mer et en sécréter à nouveau si on jette la première eau. Cette eau sécrétée en un deuxième temps est délicieuse à boire, beaucoup plus fine que la première. Il vaut donc mieux vider l'eau des huîtres en les ouvrant, pour les laisser dégorger une nouvelle fois.

Pour vérifier qu'une huître est fraîche, il faut la piquer avec la pointe du couteau ou y verser une goutte de citron : elle doit se rétracter un peu. Si elle se rétracte beaucoup c'est qu'elle a perdu de son eau (et qu'elle est un peu « rassise»). Si elle ne se rétracte pas, c'est qu'elle est morte, il vaut mieux alors la jeter. N'achetez jamais une huître qui « baïlle ». On peut consommer des huîtres toute l'année, la légende des mois en « R » a vécu : la rapidité et la fiabilité des transports permettent de manger des huîtres même en saison chaude. Les mois d'été, période de leur reproduction, elles seront simplement plus grasses car pleines de laitance, sauf si vous achetez des huîtres triploïdes, stériles.

Les huîtres

À quoi être attentif au moment de l'achat ?

Tous les colis ou bourriches d'huîtres doivent porter l'étiquette de salubrité sur laquelle est indiquée la date de conditionnement ainsi que le nom du producteur.

L'étiquette doit également comporter la mention : « ces coquillages doivent être vivants au moment de l'achat » ou une date limite de consommation.

Elle doit enfin mentionner le pays d'élevage de l'huître et son mode de production, par exemple : « huîtres élevées en France ». L'étiquette de salubrité garantit que les huîtres ont été élevées dans des zones non polluées.

On peut consommer des huîtres toute l'année, la légende des mois en « R » a vécu : la rapidité et la fiabilité des transports permettent de manger des huîtres même en saison chaude. Les mois d'été, période de leur reproduction, elles seront simplement plus grasses car pleines de laitance, sauf si vous achetez des huîtres triploïdes, stériles.

Les contrôles de la DGCCRF

Des contrôles sont effectués auprès des expéditeurs, en amont et en aval, auprès de la grande distribution, des poissonneries et des restaurateurs. Des anomalies relatives à l'information du consommateur sont régulièrement relevées, comme l'affichage de calibres incorrects, notamment le n°3 le plus recherché, pour les huîtres creuses, et l'utilisation d'origine locale valorisante comme « Marennes-Oléron » ou « Arcachon » pour les huîtres simplement expédiées de Marennes ou d'Arcachon. Des cas de francisation d'huîtres élevées à l'étranger, comme en Irlande, Portugal, Guernesey et vendues comme françaises ont parfois été constatés.

Le saumon



En quelques années, le saumon entier ou fumé est passé du statut de produit de luxe à l'espèce de poisson la plus consommée en France et en Europe. Pourtant, tout n'est pas rose dans le saumon : prenez le temps de lire attentivement l'étiquetage !

Poisson migrateur, le saumon appartient à la famille des salmonidés, tout comme la truite. Son dos est bleuté et parsemé de petites taches noires. Ses flancs et son abdomen sont dorés. Sa chair est rose car il se nourrit de crevettes. Le saumon d'élevage a une chair moins fine et plus grasse que le saumon sauvage. Sa qualité dépend de ses conditions d'élevage. Le « Label Rouge » garantit que le saumon a bien été élevé dans des conditions naturelles idéales. Le saumon est produit principalement en Écosse, en Norvège et en Irlande.

Bon à savoir

Le saumon est un poisson gras aux vertus nutritives avérées : 100 g de saumon apportent 10 g de lipides et 20 g de protéines, pour 170 Kcal. C'est également l'un des poissons les plus riches en oméga 3, un acide gras qui protège le système cardio-vasculaire. Il apporte aussi des vitamines A et D, du magnésium essentiel pour les os, le système cardiaque et le système nerveux, ainsi que du fer et du phosphore.

Quelle espèce choisir ? Atlantique ou Pacifique ?

On distingue deux espèces de saumon :

- **le saumon du Pacifique** : les plus connus sont le saumon rose du Pacifique (pink) ou *Oncorhynchus gorboscha* ; le saumon rouge du Pacifique (sockeye) ou *Oncorhynchus nerka* et le saumon keta du Pacifique (chum) ou *Oncorhynchus keta*. Parmi ces espèces, il est possible de trouver des poissons sauvages et des poissons d'élevage ;
- **le saumon de l'Atlantique** ou *Salmo salar* peut être soit sauvage et rarissime, soit d'élevage et abondant. C'est l'espèce la plus appréciée des connaisseurs.

Bien que désignées sous le même nom générique de saumon, ces deux espèces appartiennent à deux genres distincts : *Salmo* et *Oncorhynchus*. La truite appartient au genre des saumons du Pacifique (*Oncorhynchus*).

Les méthodes de préparation

- **le salage** : cette opération dure six heures, les filets de saumon sont recouverts de gros sel et aromates. Les arêtes sont retirées sans arracher les chairs ;
- **le séchage** : il s'agit d'enlever le sel du saumon sans abimer le filet. On le met ensuite dans de l'eau froide pour le dessaler ;
- **le fumage** : le saumon est fumé à froid, posé au centre du fumoir au bois de hêtre et des essences odorantes sur une grille pendant 4 heures ;
- **le tranchage** : cette opération est faite à la main.

Le tranchage et le fumage sont majoritairement effectués en France mais le fumage se développe dans d'autres pays de l'Union européenne, notamment en Pologne.

Le saumon

Comment reconnaître un bon saumon fumé ?

Un saumon de qualité se reconnaît à l'œil. Les saumons de moins de 3 ans sont des mets de choix, leur chair est rose, grasse et très nourrissante. Les taches brunes doivent être rares et la bordure de tranche ne doit jamais être plus foncée. Seuls les saumons sauvages peuvent présenter quelques taches (hématomes), sans incidence sur la qualité. Des tranches larges aux nervures espacées sont le gage d'un poisson bien développé et indiquent qu'elles viennent de la partie avant du poisson, la plus moelleuse.

Étiquetage et conditionnement

L'étiquetage doit préciser que :

- le fumage a été réalisé au feu de bois ;
- le poisson n'a pas subi de congélation ou a été décongelé ;
- le poisson a été tranché à la main ;
- la liste des ingrédients ;
- le salage a été effectué au sel sec.

Il doit également indiquer, outre la dénomination de l'espèce, si le poisson utilisé lors des opérations de fumage a été pêché ou élevé, la zone de capture pour les poissons pêchés et le pays d'élevage pour les poissons d'aquaculture.

Le saumon fumé artisanalement doit être commercialisé assez rapidement, sans subir de congélation. On le trouve sur les étals des poissonniers ou chez les traiteurs.

Le saumon fumé industriellement est vendu en pochettes, sous vide entier ou tranché.

À retenir

Si vous optez pour les produits vendus préemballés, méfiez-vous des emballages sous vide qui ne sont pas conservés dans des enceintes réfrigérées.

Le saumon fumé se conserve entre 0 et 4°C. Evitez les emballages « mous » où le poisson transpire : lorsque des gouttelettes apparaissent, c'est que le poisson a été conservé dans de mauvaises conditions.

Une fois décongelé, le saumon peut être conservé 24 heures à 4°C dans le réfrigérateur, à condition d'être emballé hermétiquement. Congelé à - 18°C, il peut être conservé un mois, toujours dans un emballage bien hermétique.

Les contrôles de la DGCCRF

Les services de la DGCCRF contrôlent l'étiquetage, la composition et l'hygiène des produits, en particulier une éventuelle contamination des denrées alimentaires par la *Listeria*. Le saumon fumé, denrée sensible, fait l'objet de plans de surveillance réguliers. Les contrôles d'étiquetage révèlent parfois l'absence de la mention « décongelé » sur le saumon fumé décongelé.

Les truffes et produits truffés



« **Diamant noir de la cuisine** », la truffe fera étinceler vos plats de fête. Mais attention, restez vigilant : c'est un produit onéreux et les arnaques ne manquent pas !

La truffe est un champignon souterrain classé dans la catégorie des « ascomycètes hypogés ». Sa forme est plutôt arrondie, voire un peu irrégulière en raison de la conformité du terrain qui l'abrite. Pour se développer correctement, la truffe a besoin d'un arbre hôte, d'un terrain calcaire sec, d'un climat bien marqué ainsi que d'une bonne exposition au soleil.

Les variétés de truffes

À ce jour, plus d'une soixantaine d'espèces de truffe ont été identifiées dans le monde, dont environ une vingtaine fructifie en France. Parmi celles-ci, cinq variétés présentent un intérêt gastronomique ou économique :

- **la truffe noire ou truffe du Périgord** (*Tuber melanosporum*) est de loin la plus célèbre. Elle est essentiellement produite dans la Drôme, le Vaucluse et le Sud-Ouest. Elle est la plus appréciée des gastronomes ;
- **la truffe brumale** (*Tuber brumale*) est moins goûteuse et peut fructifier en même temps que la truffe noire. Ces deux truffes se récoltent en hiver. Elles atteignent leur pleine maturité entre mi-décembre et janvier ;
- **la truffe blanche** (*Tuber aestivum*) qui se récolte à la fin du printemps et au début de l'été et **la truffe de Bourgogne** (*Tuber aestivum var. uncinatum*) dont la récolte s'étale de septembre à décembre, n'ont pas l'arôme puissant de la truffe noire.
- Hors de France, il faut ajouter **la truffe blanche du Piémont ou d'Italie** (*Tuber magnatum*) qui a un goût très prononcé (goût d'ail) et qui est très réputée.

D'une manière générale, les champignons du genre « *Tuber* » sont des truffes. Elles doivent donc être désignées dans le commerce par leur nom. Il en est ainsi de la « *Tuber indicum* » (ou « *Tuber Himalayense* ») qui doit être dénommée « truffe de Chine » pour la distinguer des autres « truffes » dont des propriétés gustatives sont davantage réputées.

Où et comment est-elle produite ?

La truffe est essentiellement produite dans le Sud-Est (Drôme, Vaucluse, Alpes-de-Haute-Provence).

Elle est extraite du sol par « cavage », à l'aide du « cavadou » (qui a donné son nom à la méthode d'extraction) ou du « picon ».

Une fois récoltée, la truffe est débarrassée de sa gangue de terre. Pour éviter qu'elle ne moisisse, elle ne doit être lavée qu'au moment de la consommation.

Les truffes et produits truffés

Comment est-elle commercialisée ?

Le commerce de la truffe est assez intimiste. Les trufficulteurs se rendent chaque semaine aux marchés aux truffes dans les villages. Le courtier, personnage incontournable du commerce de la truffe, fixe le cours en fonction de la demande des négociants et des restaurateurs.

Quelle est la réglementation applicable ?

La loi du 27 juillet 2010 de modernisation de l'agriculture et de la pêche (LMAP) exige, pour tout produit portant la mention « truffé », la mise en œuvre de 3 % minimum de truffe et l'indication du nom usuel de l'espèce de truffe. Il en est de même pour les denrées alimentaires additionnées de jus de truffe.

Le consommateur doit être vigilant lors de l'achat de ces produits car les anomalies rencontrées sont fréquentes (pourcentage de truffe insuffisant, utilisation de truffes en mélange, huiles dites « à la truffe », alors que seulement des arômes sont ajoutés, etc.).

La réglementation a été complétée par le décret du 30 janvier 2012 relatif aux truffes et aux denrées alimentaires en contenant et par l'arrêté du 19 mars 2015 établissant une correspondance entre les noms usuels et les noms scientifiques des truffes.

Ces textes ont introduit des exigences de qualité pour les truffes fraîches et des dispositions d'étiquetage plus protectrices pour le consommateur : indication du nom usuel de la truffe dans la dénomination de vente des truffes et des denrées en contenant, information des consommateurs en cas d'ajout d'arômes.

Conseils d'achat et de conservation

- Privilégiez l'achat d'une truffe fraîche soit sur un marché de détail aux truffes, soit auprès d'un commerce spécialisé. Pour qu'elle soit bien mûre, éviter tout achat avant la mi-décembre.
- Si vous optez pour une conserve, choisissez une boîte portant le marquage « première ébullition » : la truffe aura ainsi conservé tous ses arômes.
- Lisez attentivement l'étiquetage : ne vous limitez pas à la face avant. La liste des ingrédients doit porter le nom en latin, par exemple *Tuber melanosporum* pour truffe noire.
- Pour profiter pleinement du goût et des arômes de la truffe achetée fraîche, consommez-la rapidement après l'achat. Ne pas la faire trop cuire, elle perdra ses arômes.
- La truffe est très sensible à la cuisson : préférez la truffe crue plutôt que cuite.

Les volailles



Dindes, chapon, pintade..., laquelle de ces volailles sera sur votre table lors des fêtes de fin d'année ? Et surtout, comment choisir un produit de qualité ? La réponse est ici !

Quelle volaille choisir ?

La poularde est une jeune poule, abattue avant d'entrer en ponte. Elle est élevée et engraisée pendant au moins 120 jours et nourrie à partir de produits laitiers et de céréales (du maïs, la plupart du temps). C'est le chapon au féminin ! Sa chair est blanche et onctueuse, elle pèse entre 2 kg et 2,5 kg. Les plus appréciées bénéficient d'une Appellation d'origine contrôlée (AOC) ou d'un Label Rouge (« Poulardes de Bresse », « Poulardes du Mans » ou « Poulardes de Loué »).

Bon à savoir

Choisissez votre poularde avec une chair blanche et bien souple et veillez à ce que la couche de graisse ne soit pas trop épaisse et le bec pas trop dur, ce qui garantit la qualité de la volaille. Les volailles de Bresse sont baguées (les coordonnées de l'éleveur figurent sur la bague) et portent un sceau d'identification avec la mention « Poularde de Bresse ».

Le **chapon** est un jeune mâle castré, engraisé pendant plusieurs mois au grand air (77 jours). Il ne peut être abattu avant 140 jours. Sa chair, particulièrement fine et fondante, le démarque des autres volailles. Il pèse entre 2,5 kg et 4 kg. Il porte des labels de garantie (Label Rouge et le Label de Bresse) et bénéficie d'une appellation AOC.

Important

Vendu exclusivement à l'occasion des fêtes, le chapon est souvent présenté enveloppé dans un linge blanc, avec le cou encore plumé. Il doit être commercialisé bagué et porter un sceau d'identification avec la mention « Chapon ». Vérifiez qu'il a les pattes bleues, la peau très lisse et qu'il a été nourri avec au moins 75 % de céréales. Achetez-le avec la tête. À noter : un vrai chapon n'a pas de crête !

La pintade, originaire d'Afrique, était très appréciée des Egyptiens dès l'Antiquité. Sa viande blanche et juteuse est assez ferme et très maigre, avec seulement 5 % de matières grasses. Elle pèse entre 1,7 kg et 2,3 kg.

L'oie : c'est la plus grosse des volailles (de 3 kg à 6 kg) ! Elle est assez grasse, ce qui la rend particulièrement délicate. Plat typique des fêtes dans les pays d'Europe du Nord, elle est plus rare sur les tables françaises.

Optez pour un produit disposant d'un label de qualité

Délivrés par l'Institut national de l'origine et de la qualité organisme certificateur (INAO), les signes officiels de qualité vous permettent d'identifier les produits qui ont bénéficié de conditions de production strictes, validées par l'État, et de contrôles de conformité réguliers.

Les volailles

À retenir

La bonne utilisation de ces signes de qualité est garantie par :

- **les organismes certificateurs**¹ qui contrôlent le bon respect des règles définissant une qualité particulière dans un cahier des charges le plus souvent homologué par les pouvoirs publics ;
 - **l'INAO** qui agréé les organismes de contrôle dans le domaine alimentaire ;
 - **la DGCCRF** qui exerce à la fois un contrôle sur les organismes certificateurs, pour s'assurer de la qualité et de réalité de leur prestation (compétence, impartialité, efficacité), et sur les produits, pour vérifier leur conformité aux règles qui leur sont applicables et la loyauté de la communication.
-
- **L'Appellation d'origine contrôlée (AOC) et l'Appellation d'origine protégée (AOP)** garantissent l'origine géographique, la méthode et le savoir-faire ;



- **L'indication géographique protégée (IGP)** garantit que le produit n'est pas issu d'une zone géographique donnée mais bénéficie d'un lien avec un territoire et d'une certaine notoriété ;



- **Le label rouge (LR)** garantit un produit de qualité supérieure. Il certifie que la volaille a été élevée en respectant les conditions fixées par le cahier des charges ;



- **La certification de conformité** est délivrée à un opérateur qui respecte les exigences posées par les règles de production, transformation et de conditionnement du produit ;



- **L'agriculture biologique** est un mode de production respectueux de l'environnement et du bien-être animal, réglementé par des textes communautaires stricts (les conditions d'élevage : l'animal doit être nourri à partir d'aliments certifiés biologiques sans OGM, surfaces de logement pour l'animal, accès au plein air).



Quel étiquetage pour ces produits ?

Le consommateur est informé de l'existence d'un signe officiel de qualité sur l'étiquetage du produit et par la présence obligatoire du symbole « UE ».

Pour les produits concernés par le logo Label Rouge, l'étiquetage doit faire apparaître le numéro d'homologation et les principales caractéristiques certifiées qui portent sur les conditions de production du produit et son goût (alimentation comportant au moins 75 % de céréales, âge d'abattage, élevé en plein air, etc.).

Les contrôles de la DGCCRF

Les services de la DGCCRF réalisent des contrôles de second niveau et au stade de la commercialisation (tromperie, fraude, publicité de nature à induire en erreur, certification, etc.).

¹ En France neuf organismes certificateurs sont agréés par l'INAO : Ecocert (FR-BIO-01), Agrocert (FR-BIO-07), Certipaq (FR-BIO-09), Bureau Veritas Certification France SAS (FR-BIO-10), SGC (FR-BIO-11), Certisud (FR-BIO-12), Certis (FR-BIO-13), Bureau Alpes Contrôles (FR-BIO-15) et Qualisud (FR-BIO-16), BIOTEK Agriculture (FR-BIO-17).