

Séance du 05 avril 2023

Les Huiles Végétales Alimentaires



INTRODUCTION

INTRODUCTION

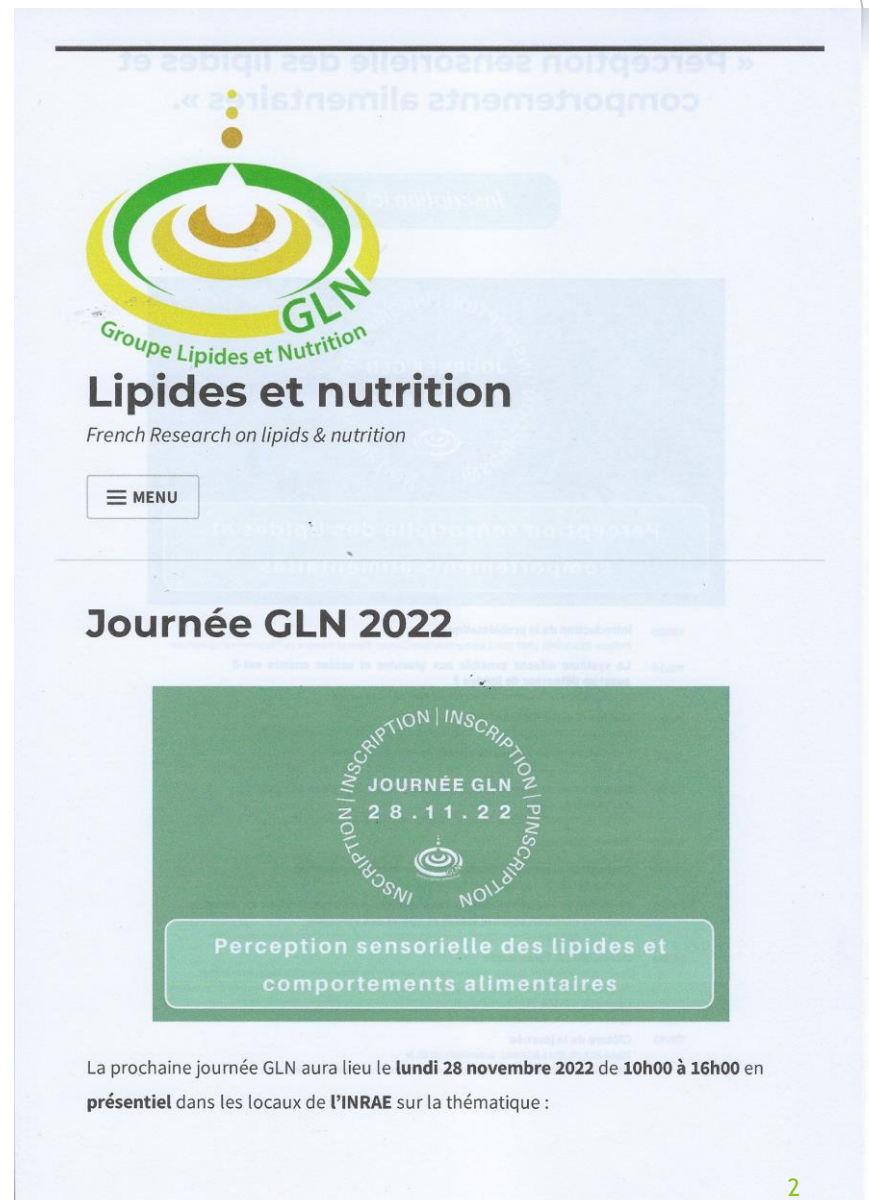
Gérard PASCAL

*Membre émérite de l'Académie d'agriculture de France,
Directeur de recherches honoraire à l'INRA*

Les #FakeNews nous
les combattons depuis
plus de 250 ans !

Cette séance s'inscrit dans le cadre de la poursuite de la collaboration entre le GLN et l'AAF, entamée à l'occasion de la journée du GLN de 2022 à laquelle ont participé plusieurs membres de l'AAF.

Elle a été préparée lors de 2 réunions d'un groupe de travail mixte qui poursuivra son action dans le but de proposer d'autres manifestations et des publications sur des sujets d'intérêt commun.



The poster features the GLN logo at the top, which consists of a stylized green and yellow swirl with a white drop in the center, and the text 'GLN' and 'Groupe Lipides et Nutrition' below it. The main title 'Lipides et nutrition' is in bold black font, with 'French Research on lipids & nutrition' in a smaller font underneath. A 'MENU' button is visible. The event title 'Journée GLN 2022' is prominently displayed. Below it is a green rectangular box containing a circular logo with the text 'JOURNÉE GLN 28.11.22' and 'Perception sensorielle des lipides et comportements alimentaires'. At the bottom, text indicates the next GLN day is on Monday, 28 November 2022, from 10h00 to 16h00, in person at INRAE.

Lipides et nutrition
French Research on lipids & nutrition

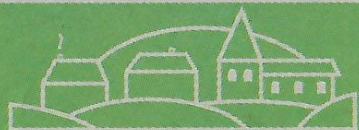
≡ MENU

Journée GLN 2022

JOURNÉE GLN
28.11.22

Perception sensorielle des lipides et
comportements alimentaires

La prochaine journée GLN aura lieu le **lundi 28 novembre 2022** de **10h00 à 16h00** en **présentiel** dans les locaux de l'**INRAE** sur la thématique :



Tournesol : tout est parti d'ici

Oléagineux

Des consommateurs dévalisent les rayons d'huile de tournesol par crainte d'une pénurie causée par la guerre en Ukraine. Le conflit a fait réaliser l'importance stratégique de ce « berceau » de la culture du tournesol qu'est le pourtour de la mer Noire. Mais il est encore moins connu que ce sont souvent des semenciers français qui fournissent les agriculteurs d'Europe de l'est. Une histoire qui a débuté, il y a tout juste soixante ans, à Clermont-Ferrand.

Julien Rapegno

julien.rapegno@centrefrance.com



EXPANSION. 700.000 hectares de tournesol sont actuellement cultivés en France, un chiffre de nouveau en croissance. PHOTO D'ILLUSTRATION PIERRICK DELOBELLE

Cette année-là, il y a un événement qu'a oublié de chanter Claude François : dans un labo de l'Inra de Crouel, dans les faubourgs de Clermont-Ferrand, des échantillons de différentes

puie Xavier Pinochet. Le premier organisme technique de promotion des oléagineux est né sous Pétain.

C'est d'abord le colza qui a commencé à piqueter de jaune les terres cultivables.

Bernard Vivier a travaillé dans le labo pionnier de Clermont



Article réservé aux abonnés

Publié le 03/05/2022 à 11h58 | Julien Rapegno

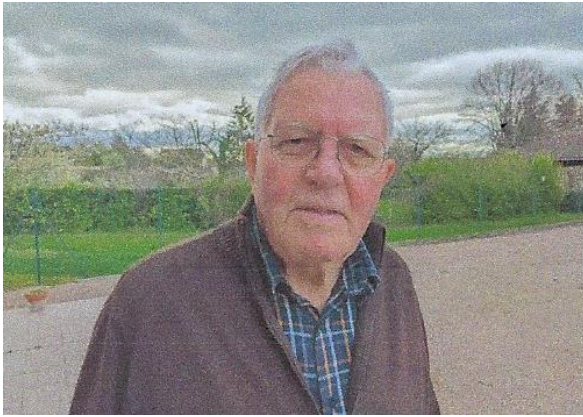
Christiane Lambert, présidente de la FNSEA prévoit la remise en culture de 200.000 hectares, principalement en tournesol, sur 450.000 hectares actuellement en jachère.

En 1969, Patrice Leclercq, de l'INRA de Clermont Ferrand, est parvenu à mettre en évidence « un système de stérilité mâle cytoplasmique sur un cousin du tournesol », ce qui a permis de démarrer une sélection méthodique. Il a ainsi pu sortir une première semence hybride de tournesol.



Le tournesol est cultivé sur 700.000 hectares en France. © Pierrick DELOBELLE





Bernard Vivier

La prééminence française sur la génétique du tournesol, partie de Clermont Ferrand (en partenariat avec l'INRA de Montpellier) a assuré un bel essor de la filière semences (RAGT, Lidea, Limagrain). Comme le précise Xavier Pinochet: « le top du top de la recherche mondiale sur le tournesol se trouve aujourd'hui à Toulouse »



ISA EVENTS OVER THE YEARS

Date	International Sunflower Conferences & other events	Place	Country	Attendees
June 17-18 1964	1 st International Sunflower Conference	Texas	USA	
August 17-18 1966	2 nd International Sunflower Conference	Morden, Manitoba	Canada	
August 13-15 1968	3 rd International Sunflower Conference	Crookston, Minnesota	USA	
June 23-25 1970	4 th International Sunflower Conference	Memphis, Tennessee	USA	
June 25-29 1972	5 th International Sunflower Conference	Clermont-Ferrand	France	
July 22-24 1974	6 th International Sunflower Conference	Bucharest	Romania	

Actualisation des apports nutritionnels conseillés pour les acides gras

Rapport d'expertise collective

Mai 2011 Édition scientifique

Mai 2011

J.M Lecerf

J.-M. Lecerf
Service de nutrition, Institut Pasteur de Lille ;
Service de médecine interne, CHRU de Lille.

Les huiles végétales : particularités et utilités

Vegetable oils: Particularities and usefulness

Résumé

Les huiles végétales représentent un vaste ensemble très varié de corps gras d'origine, de composition, de qualité et de goûts différents. Celles-ci sont présentées selon leurs caractéristiques physico-chimiques, leur mode de fabrication, leur composition en acides gras, en vitamines, en composés mineurs, leur intérêt nutritionnel et leurs usages. Toutes ont un intérêt différent.

Mots-clés : Huile végétale – acides gras – huile d'olive – vitamine E.

Summary

Vegetable oils are a great variety of fats having different origin, composition, quality, and taste. These are detailed with their physicochemical properties, their technological process, their nutritional composition for fatty acids, vitamins and minor components, their nutritional advantages and their practical uses. Each of them one has a specific interest.

Key-words: Vegetable oils – fatty acids – olive oil – vitamin E.

Introduction

Les huiles végétales alimentaires représentent une vaste famille de corps gras dont les usages culinaires sont multiples, mais leur utilisation en tant qu'ingrédient par l'industrie agroalimentaire ne doit pas être occultée. Comme tous les aliments (lipidiques), les huiles végétales ont une double fonction [1] :

- nutritive, sources d'acides gras divers, mais aussi de vitamines et de molécules diverses ;
- hédonique, conférant rapidité aux aliments et plats qu'elles accompagnent.

Caractéristiques physico-chimiques

Contrairement aux autres corps gras (beurre, margarine, crème fraîche, saindoux, suif, autres corps gras d'origine animale) qui contiennent une proportion variable d'eau, les huiles ne contiennent pas d'eau, mais près de 100 % de lipides.

Point de fusion des huiles

On distingue, selon leur point de fusion, déterminant leur solidité à température ambiante :

- les huiles fluides, majoritaires ;
- les huiles solides, ou graisses concrètes : huile ou graisse de palme, de palme issue du palmier à huile, de coprah issue de la noix de coco, « beurre » de karité et beurre de cacao.

Ces huiles solides sont des huiles dites « tropicales », dont le point de fusion, c'est-à-dire la température à laquelle elles passent d'une consistance solide à une consistance liquide, est haut : ceci leur permet de rester solides, même lorsque la température ambiante atteint ou dépasse 40°C. Cette caractéristique témoigne d'un faible nombre total de doubles liaisons et, donc, d'une teneur élevée en acides gras saturés.

De même, la fluidité d'une huile végétale liquide est d'autant plus importante qu'elle est riche en acides gras polyinsaturés : une huile qui en est très riche, comme l'huile de tournesol, ne figera que pour une température très inférieure à 0°C au réfrigérateur. Une huile très monoinsaturée, telle que l'huile d'olive, a une plus faible fluidité. Lors du chauffage, la stabilité d'une huile sera d'autant plus grande qu'elle est riche en acides gras saturés et monoinsaturés. Au contraire, une huile plus riche en acides gras polyinsaturés oméga 6 et oméga 3, dans des

Médecine des maladies métaboliques 2011

Correspondance :

Jean-Michel Lecerf
Service de nutrition
Institut Pasteur de Lille
BP 245
59019 Lille cedex
jean-michel.lecerf@pasteur-lille.fr

© 2011 - Elsevier Masson SAS - Tous droits réservés.

Quels corps gras doit-on consommer ?

Fiche **QUESTIONS SUR...** n° 08.04.Q01

septembre 2022

Mots clés : corps gras - acide gras - huile - beurre - margarine

Les corps gras sont les matières grasses visibles : beurre, huiles, margarines, crème fraîche, saindoux. Elles sont qualifiées de visibles, par opposition aux graisses dites cachées – et non séparables – présentes dans les aliments, dans les fruits oléagineux, les fromages, la charcuterie, les gâteaux ou le chocolat.

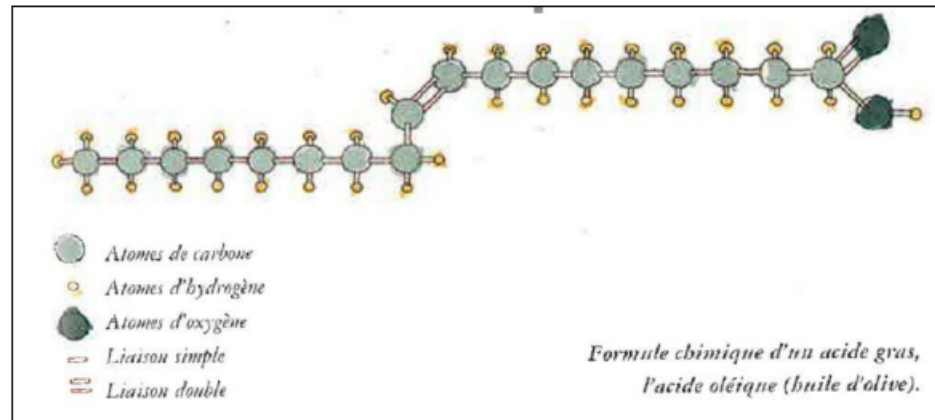
Une lipophobie¹ s'est emparée de nos sociétés depuis quelques années, sous prétexte que les graisses sont responsables de l'obésité et de maladies cardiovasculaires.

Ce qui est faux : ce sont leur excès et leur déséquilibre qui peuvent contribuer à altérer la santé, notamment chez les personnes sédentaires et les fumeurs.

Que nous apportent les corps gras ?

Les corps gras sont d'abord des sources de lipides, eux-mêmes essentiellement constitués de triglycérides dont les molécules se composent de trois acides gras liés à une molécule de glycérol².

Les acides gras sont constitués d'une chaîne hydrocarbonée faite d'atomes de carbone, chacun lié à 1 ou 2 atomes d'hydrogène, à l'exception des atomes de carbone des extrémités qui sont liés à trois atomes d'hydrogène. Les atomes de carbone sont liés par une liaison simple ou double ; on parle de *saturation* si la liaison est simple, et d'*insaturation* quand la liaison est double.



Le monde des acides gras est immense, avec une très grande variété. On peut le diviser en 3 grandes catégories, selon le nombre de doubles liaisons :

- les acides gras saturés, sans double liaison ;
- les acides gras mono-insaturés, à une seule double liaison ;
- les acides gras poly-insaturés, à plusieurs doubles liaisons.

Jean-Michel LECERF, membre de l'Académie d'Agriculture de France

Ce qu'il faut retenir :

Les corps gras font partie d'une bonne alimentation, et confèrent aux aliments une saveur agréable. Toutefois, il convient avant tout de les varier et de les consommer avec plaisir et modération.

Pour en savoir plus :

- Jean-Michel LECERF : *Les acides essentiels*, Encyclopédie médico-chirurgicale, 2020 EMC 10-542-F-10
- Jean-Michel LECERF : *Le cholestérol décrypté*, éditions Solar Santé, 2017
- 25 membres de l'Académie d'Agriculture de France : *Le grand livre de notre alimentation*, Odile JACOB, 2019

Aider les patients à rééquilibrer leurs apports en matières grasses

Fiches d'accompagnement



Séance du 05 avril 2023

Publireportage publié dans
« La Quotidien du
Médecin », 2023

*Séance du 05
avril 2023*

Les Huiles Végétales Alimentaires

Séance du 05 avril 2023

Introduction: *Gérard PASCAL*, Membre émérite de l'AAF, Directeur de recherches honoraire INRA;

Intérêt nutritionnel des huiles végétales: Prof. *Philippe LEGRAND*, Agrocampus Ouest, AAF et GLN;

Qualités gustatives et aptitudes culinaires des principaux corps gras végétaux: *Hervé THIS*, INRAe-AgroParisTech International centre for Molecular and Physical Gastronomy et AAF;

Des productions d'huiles diversifiées en France et en Europe: *Xavier PINOCHET*, Terres Inovia et AAF;

Conclusion: *Claire BOURLIEU-LACANAL*, Présidente du GLN et INRAe

La France est-elle devenue ingouvernable ?

Pierre Pagesse

La souveraineté alimentaire : une nécessité absolue

Christiane Lambert

« Seuls les progrès technologiques permettront de nourrir l'Humanité »

Catherine Regnault-Roger, propos recueillis par Jean-Paul Oury

Aux crises succède la crise

Patrick Thourot

La longue histoire de l'alimentation n'est pas terminée

André Neveu

Objectif du Secours Catholique : accompagner les territoires ruraux

Véronique Devise

L'intérêt nutritionnel de la matière grasse du lait et des fromages

Jean-Paul Jamet

Notes de lecture

L'intérêt nutritionnel de la matière grasse du lait et des fromages

Jean-Paul Jamet¹

Contrairement aux recommandations actuelles, plusieurs études scientifiques montrent que les apports en acides gras saturés et insaturés des produits laitiers sont bénéfiques pour la santé.

Jusque dans les années 1990, les principaux conseils donnés en alimentation étaient d'abaisser les apports d'acides gras saturés (AGS). L'objectif était de diminuer le taux de cholestérol à la suite de l'étude dite des sept pays² où les AGS étaient réduits à un apport énergétique dense. En 2010, une méta-analyse de 21 études incluant 350 000 sujets suivis pendant 5 à 23 ans³ conclut à l'absence de lien entre les apports en AGS et le risque de maladies cardiovasculaires (MCV). Une autre importante méta-analyse, regroupant 49 études prospectives et 27 études cliniques, conclut que diminuer les apports d'AGS et notamment ceux d'origine laitière ne diminue pas le risque coronarien⁴.

Les résultats publiés dans le *British journal of nutrition* en avril 2021⁵ d'une étude épidémiologique de la cohorte française NutriNet-Santé liant la consommation de produits laitiers et le risque de maladies cardiovasculaires sont de loin les plus riches d'enseignement et viennent compléter les études précédentes. Les consommations alimentaires journalières des participants de cette étude réalisée entre 2009 et 2019 ont été calculées grâce à des enregistrements des apports en produits laitiers totaux (laits, fromages, yaourts, produits laitiers fermentés et produits allégés). Les MCV (n=1952 cas)

¹ Ancien directeur de l'interprofession des oléagineux et de l'interprofession laitière, où le conseiller scientifique pour ces sujets était le Docteur en pédiatrie François Mendy.

² Keys *et al.* en 1986.

³ Siri-Tarino *et al.*

⁴ Chowdhury *et al.*, 2014.

⁵ NutriNet –santé

Indépendance énergétique : la politique gribouille

Pierre PAGESSE

« L'Agriculture de conservation
des sols au service de l'homme
et de la nature ». Gérard RASS
Propos recueillis par Jean-Paul OURY

La gouvernance internationale
questionnée par le contexte géopolitique
Patrick THOUROT

Grandes cultures : facteurs de résilience
et de volatilité
Arnaud PETIT

Résultat du recensement agricole :
une analyse parcellaire
Lucien BOURGEOIS et Maurice DESRIERS

Relancer la compétitivité de la France,
un impératif stratégique
Jean-Paul JAMET

Le désengagement dans les projets
collectifs analysé entre perception
et réalité
Laurent MINGAM

Les Territoires ruraux apprenants
aux avant-postes des transitions
Truong GIANG PHAM

Pierre Boulnois nous a quittés
Jean-Paul JAMET

Grandes cultures: facteurs de résilience et de volatilité,

Arnaud PETIT, Directeur
exécutif du Conseil
International des Céréales

CAMPAGNE DE COMMERCIALISATION DES OLÉAGINEUX : UN RETOUR À L'ÉQUILIBRE

Pour le complexe oléagineux, de meilleures perspectives aux États-Unis et au Brésil relèvent les prévisions du CIC pour la production mondiale de soja de deux millions de tonnes, à un nouveau record de 388 millions de tonnes, soit une hausse de 9 % en glissement annuel. L'augmentation nette des approvisionnements se reflète dans une amélioration des perspectives d'utilisation mondiale. En conséquence, les stocks mondiaux sont maintenus à environ 54 millions de tonnes ce qui représente un gain marqué d'une année sur l'autre. La projection du Conseil pour le commerce est relevée à 167 millions de tonnes (+ 8 %).

Avec une solide reprise de la production au Canada, associée à des récoltes plus abondantes dans l'UE et dans la région de la mer Noire, la production mondiale de colza en 2022-2023 devrait augmenter de 15 % d'une année sur l'autre, atteignant un record de 84,4 millions de tonnes. Les augmentations de production dans l'UE et en Russie compensent la réduction de production en Chine et en Australie en raison de fortes pluies et inondations dans les principales régions productrices. Les estimations du CIC concernant la production en Australie sont

LA PRODUCTION MONDIALE
DE COLZA EN 2022-2023
DEVRAIT AUGMENTER
DE 15 %