

La nature au service des sens



Protéines végétales : des solutions clean label pour combiner texture et nutrition de façon durable

A la recherche de solutions pour manger plus sain et plus durable, les consommateurs montrent plusieurs stratégies pour réduire leur consommation de viande. Certains réduisent leurs portions de viande, d'autres apprennent à consommer des plats sans viande, quand d'autres modifient leurs recettes pour remplacer tout ou partie des ingrédients carnés par des ingrédients végétaux. Le point crucial de ce changement de régime alimentaire reste la question protéique. Comment équilibrer les apports en acides aminés essentiels tout en supprimant/réduisant la part des protéines animales ?

Si les consommateurs ont bien compris que cela passait notamment par une consommation plus élevée de légumineuses et de céréales, l'industrie agroalimentaire les soutient avec une explosion de l'offre en produits alternatifs (substituts de viandes ou poissons, desserts végétaux alternatifs, faux-mages, etc...) en bio comme en conventionnel.

Cette offre a évolué ces dernières années en termes de diversité, de goûts et de textures, pour proposer des produits à la fois originaux et ressemblants, satisfaisant à la fois la curiosité du consommateur et son désir de « bien-manger », tout en le rassurant dans ses habitudes alimentaires. Elle doit également poursuivre son développement sur d'autres segments que les alternatives, pour des consommateurs qui vont vouloir augmenter leur consommation de protéines végétales par toute leur alimentation.

La nature au service des sens

L'offre en solutions végétales Clean Label se développe

Pour soutenir cette innovation, les fournisseurs d'ingrédients s'activent depuis plusieurs années à développer des solutions qui remplissent tous ces critères. Si on a vite reproché aux produits alternatifs et autres similis d'être trop ultra-transformés ou trop « additivés », l'offre de solutions clean label a vite pris le pas. D'autant que les consommateurs affirment leur soutien à des propositions plus Clean Label. Selon la toute récente [étude d'opinion Creatests pour Arlès Agroalimentaire sur les préférences alimentaires des Français](#), 83% des Français sont prêts à payer plus cher un produit avec la présence d'additifs en nombre limité et d'origine naturelle plutôt qu'un produit présentant des additifs multiples ou controversés. De plus, l'enquête montre aussi que 56% des consommateurs français sont prêts à payer plus pour un produit Clean Label contenant une liste allégée d'ingrédients ou d'additifs (jusqu'à 20% en plus pour 14% d'entre eux).



En bio, les ingrédients issus de céréales, et surtout de légumineuses, offrent désormais de larges possibilités, à la fois nutritionnelles et fonctionnelles.

[Arlès Agroalimentaire](#) (Groupe Caldic), spécialiste de la distribution d'ingrédients fonctionnels, illustre bien ce déploiement de l'offre, avec sa gamme de protéines végétales biologiques et conventionnelles. Issues de blé, d'épeautre, de pois ou de fèves, ses protéines biologiques répondent chacune, selon les applications cibles, à des problématiques de fonctionnalité (texture, émulsification, gélification, stabilisation...) et d'enrichissement protéique. Tout en permettant un étiquetage clean label sans additifs.

La texture en version bio et clean label

Les protéines végétales représentent des alternatives intéressantes aux additifs pour les produits clean label, mais aussi à certains ingrédients bannis des régimes spéciaux comme les œufs, le blé, le soja, etc... Les protéines de pois brun ou de fèves BecoPulse, par exemple, exercent des propriétés épaississantes, pouvant aller jusqu'à la gélification après traitement thermique. Elles jouent souvent le rôle de liant dans les analogues de viande, même si dans ce cas, les glutens de blé ou d'épeautre sont plus puissants. Ceux-ci sont également appréciés pour leur fort pouvoir rétenteur d'eau et de matières grasses. « *Ajouter du gluten Becodur® à des substituts végétaux améliore la mâche du produit, grâce à l'élasticité déployée lors de la cuisson par le réseau glutineux* », explique Yann Brégeon, Responsable Technique et Développement chez Arlès Agroalimentaire.

Pour la substitution des œufs ou des émulsifiants, les protéines de légumineuses natives BecoPulse ont un rôle à jouer¹. Elles favorisent les émulsions huiles dans eau mais également air dans eau avec des propriétés foisonnantes particulièrement intéressantes pour les mousses.

¹ Voir l'article Ingrébio « [Comment substituer les œufs dans les formulations végétales ?](#) », Avril 2020

La nature au service des sens

« Nous proposerons aussi d'ici la rentrée une protéine de pois hydrolysée biologique qui sera également à tester comme agent foisonnant... », indique Yann Brégeon.

En BVP², le gluten est historiquement utilisé pour corriger la force protéique des farines. Les glutens Becodur[®] ont démontré leur effet positif sur le volume des pains. Dès 3% (de la farine d'épeautre) par exemple, pour le gluten d'épeautre, qui apporte en plus une meilleure stabilité de la pâte et limite le dessèchement du pain.



Selon les applications, les glutens peuvent avoir l'avantage de la fonctionnalité, mais aussi de la neutralité organoleptique, par rapport aux protéines de légumineuses qui seront plutôt privilégiées dans les applications salées. « Le gluten d'épeautre offre encore plus d'avantages », explique Yann Brégeon. « Provenant d'une céréale ancienne, qui a subi moins de modification variétale, il est plus digeste et montrerait selon les études³ une meilleure tolérance ». L'utilisation du gluten d'épeautre, pour des propriétés fonctionnelles similaires, bénéficie ainsi d'une image plus authentique auprès des consommateurs.

Perspectives : Arlès Agroalimentaire ne veut pas s'arrêter là

Les protéines végétales proposées par Arlès Agroalimentaire sont des sources protéiques intéressantes qui permettent, tout en apportant les fonctionnalités de texture souhaitées, de pouvoir compléter l'apport en protéines des produits alimentaires. Mais s'agissant de protéines issues de procédés mécaniques, le taux d'extraction permet aussi de profiter des fibres, amidons et autres nutriments de ces matières premières. « Les protéines de légumineuses BecoPulse et les glutens Becodur[®] peuvent d'ailleurs être associés. Cela permet de bénéficier de leurs profils aminés complémentaires d'une part, et d'autre part de leurs propriétés fonctionnelles respectives », remarque Yann Brégeon.

Arlès Agroalimentaire entend bien continuer d'étoffer sa gamme pour répondre à la demande forte de solutions certifiées biologiques. En plus des protéines de pois hydrolysées citées plus haut, le distributeur attend le lancement de Protéines Texturées de pois bio, mais aussi de blé et d'épeautre d'ici la fin d'année. De quoi inspirer de nouvelles recettes pour les produits végétaux biologiques.

² Boulangerie Viennoiserie Pâtisserie

³ Thèse récente de Dr. Sabrina Geißlitz "Proteins of einkorn, emmer and spelt: Influence on baking quality and role in wheat-related hypersensitivities", Janvier 2020

La nature au service des sens

La recette de la mousse au chocolat bio et vegan



Ingrédients

75g du mélange suivant :

- 50% BecoPulse Pea 17 Bio
- 25% BecoPulse Pea 50 Bio
- 25% BecoPulse Fava 60 Bio

2g de caroube VIDOGLUM BIO L 175

200g de chocolat biologique à 70%

200g d'eau froide

40g de sucre biologique

1 gousse de vanille biologique

Préparation

Ajouter le sucre et la vanille au mélange de farines de légumineuses, et de caroube.

Ajouter l'eau froide et mélanger jusqu'à ce que les ingrédients soient dissous,

Chauffer ce mélange en remuant jusqu'à ébullition,

Ajouter le chocolat fondu, et mélanger bien,

Refroidir le mélange en plaçant le récipient au réfrigérateur dans un bol de glace,

Faire mousser la préparation refroidie dans un mixer à haute vitesse pendant 10 minutes,

Réserver au froid.