

Contenu :

1. Avantages nutritionnels de l'huile de colza
2. Trois différents types d'huile
3. Une innovation génère un débouché supplémentaire de 20'000 tonnes
4. Chiffres clefs de la production d'huile de colza en Suisse
5. Liens : plus d'informations

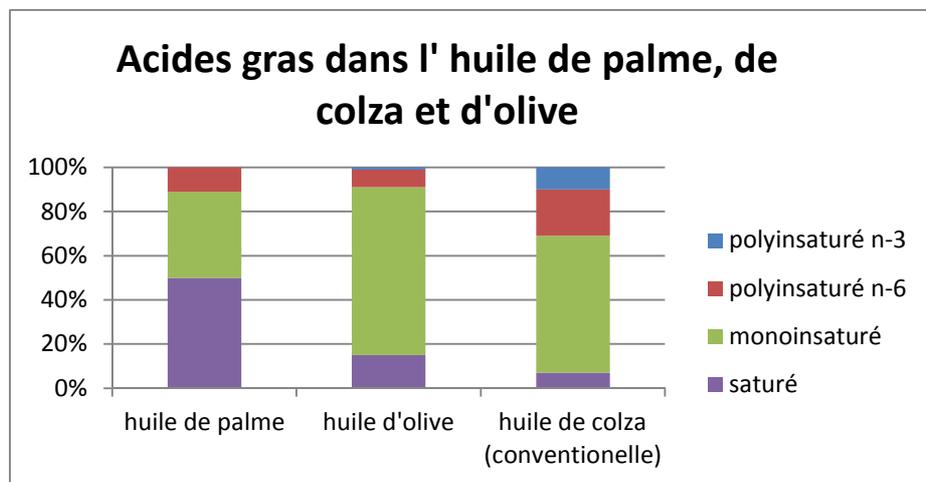
1. Avantages nutritionnels de l'huile de colza

L'huile de colza suisse figure comme seule huile végétale dans la pyramide alimentaire de la Société Suisse de Nutrition. Elle tient ce rang grâce aux teneurs plus élevées d'acides gras polyinsaturés par rapport aux autres huiles végétales. D'autre part, l'huile de colza est une source importante de vitamine E.

La substitution dans l'alimentation de graisses végétales contenant des acides gras saturés (comme la graisse et l'huile de palme) par de l'huile de colza apporte les bénéfices suivants:

- Réduction des risques cardiovasculaires
- Réduction du risque de diabète

Pour ces raisons, l'Office fédéral de la sécurité alimentaire (OSAV), conseille un apport journalier de 2 à 3 cuillères à soupe (soit 20 à 30g) d'huile végétale, dont au minimum la moitié sous forme d'huile de colza.



Source : *European Food Council*

2. Différentes sortes d'huiles de colza

Nous distinguons trois sortes différentes d'huile de colza en Suisse: l'huile pressée à froid, l'huile raffinée et l'huile de colza HOLL. Les graines noires du colza sont pressées mécaniquement. Pour le procédé à froid, l'huile est recueillie sans apport externe de chaleur. Lors du processus, la température ne dépassera jamais les 50°C. L'huile de colza raffinée, disponible dans le commerce, est pressée à chaud, puis purifiée dans un processus en plusieurs étapes. Grâce à des techniques modernes, les avantages nutritionnels sont préservés.

Utilisations:

- **Huile de colza conventionnelle pressée à froid:** Ne peut être chauffée. Utilisation en cuisine froide, pour les sauces à salade, sauces cocktails, avec de la mayonnaise. Goût typique de colza.
- **Huile de colza conventionnelle raffinée:** Peut être chauffée jusqu'à 180°C. Utilisation en cuisine froide et tempérée. Peut être utilisée pour frire du poisson, de la viande et des légumes à basse température. Neutre au niveau du goût.
- **Huile de colza HOLL raffinée:** Peut être chauffée à 220°C. Idéale pour frire et rôtir à chaud. Neutre au niveau du goût.

3. Une innovation génère un débouché supplémentaire de 20'000 tonnes

L'huile de colza conventionnelle n'est pas adaptée pour la friture. L'industrie alimentaire et la gastronomie devaient recourir à d'autres graisses végétales comme l'huile de palme. Les producteurs de colza, les sélectionneurs de semences et les transformateurs, en collaboration avec la Station fédérale de recherche Agroscope, ont lancé un projet de recherche avec le soutien fédéral de la Commission pour la technologie et l'innovation (CTI). De ce projet est né, en 2004, l'huile de colza HOLL (High Oleic Low Linolenic). Cette huile a un profil de graisse permettant la friture

et le rôtissage. Depuis 2004, la demande en colza HOLL a augmenté à 20'000 tonnes par an ce qui correspond à un quart de la production suisse de colza. Cette histoire à succès montre comment tous les acteurs de la chaîne de valeur ajoutée profitent de l'innovation.

4. Chiffres clefs de la production suisse de colza

(Variations annuelles importantes dépendantes de la météo et des prix internationaux)

Surface annuelle de colza: 23'000 hectares

Rendement par hectare: de 3 à 4 tonnes

Valeur de la production suisse en 2013 (sans les paiements directs): 60 millions de francs suisses

Période de culture: semé en septembre, récolté en juillet de l'année suivante

Nombre d'huileries industrielles en Suisse: 3

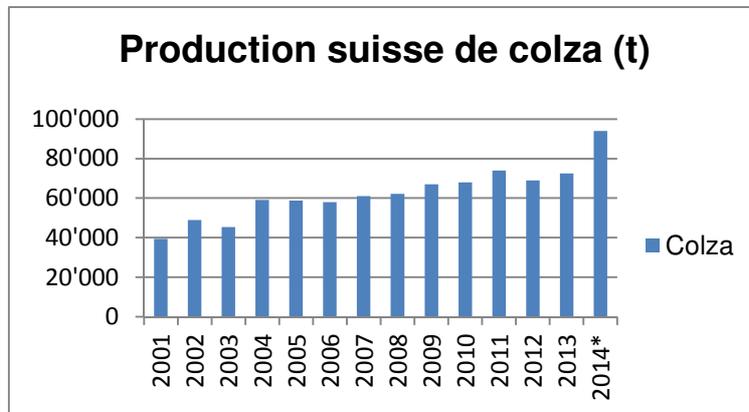
Part de l'huile de colza dans la consommation d'huiles végétales en Suisse (2014): 25%

5. Liens pour plus d'informations

Plus d'informations sur la production de colza et d'huile de colza sous les liens suivants:

- **Recommandations concernant les graisses dans l'alimentation:**
<http://www.blv.admin.ch/themen/04679/05065/05086/index.html?lang=fr>
 - **Société Suisse de Nutrition**
<http://www.sge-ssn.ch/fr/>
 - **Association Huile de colza suisse**
www.colza.ch
 - **Statistiques de la production suisse de colza (surfaces, production)**
<http://www.swissgranum.ch/105-2-Surfaces-cultives.html>
-

Dossier colza : faits et chiffres



* provisoire

Source: *swiss granum /agristat*,

Contacts :

Fédération suisse des producteurs de céréales
(FSPC)
3007 Bern
Tel: 031 381 72 13
info@fspc.ch
www.fspc.ch

ASSAF-Suisse c/o AGORA
1006 Lausanne
Tel: 021 614 04 79
info@assaf-suisse.ch
www.assaf-suisse.ch
