

Réduction en sucre de 30%

Partout des efforts se font pour diminuer la consommation de sucre. Des dégustations organisées par l'ALP démontrent qu'une réduction de la teneur en sucre de 30% dans certains yogourts serait acceptée.

Magali Chollet, Patrizia Piccinali.* Lors d'une première enquête, la station de recherche Agroscope Liebefeld-Posieux ALP s'était penchée sur les préférences alimentaires des personnes de plus de 50 ans. Le but de ce questionnaire était d'acquiescer des données pour aider au développement de produits sains et appétissants pour cette tranche de la population suisse. Curieusement, plus de la moitié des personnes interrogées trouvaient le yogourt aromatisé vendu sur le marché trop sucré. Afin de savoir quelle concentration de sucre est appréciée par la population suisse et s'il y a des différences entre les préférences en fonction de l'âge, des dégustations ont été organisées.

400 participants aux dégustations

Environ 400 personnes ont dégusté les yogourts lors de foires à Lausanne et Berne. Les consommateurs pouvaient choisir l'arôme fraise ou moka. Trois teneurs différentes en sucre ajouté ont été testées: 10% de sucre ajouté, ce qui correspond en moyenne à la teneur en sucre ajouté dans les yogourts du commerce, 7% et 5%. Des questions portant sur l'appréciation globale, la notation par rapport à la teneur en sucre et en arôme idéals ainsi que sur les habitudes de consommation ont été posées.

Les résultats montrent que plus de la moitié des dégustateurs (57%) consomment des yogourts plusieurs fois par semaine et principalement lors du repas du soir (38%). Les yogourts sont aussi appréciés pour le petit-déjeuner ou comme en-cas (env. 30%).

La préférence entre l'arôme fraise ou moka est bien répartie entre hommes et femmes. Le yogourt à la fraise a été choisi à 56% par les hommes alors que pour l'arôme moka, le 53 % a été dégusté par des femmes.

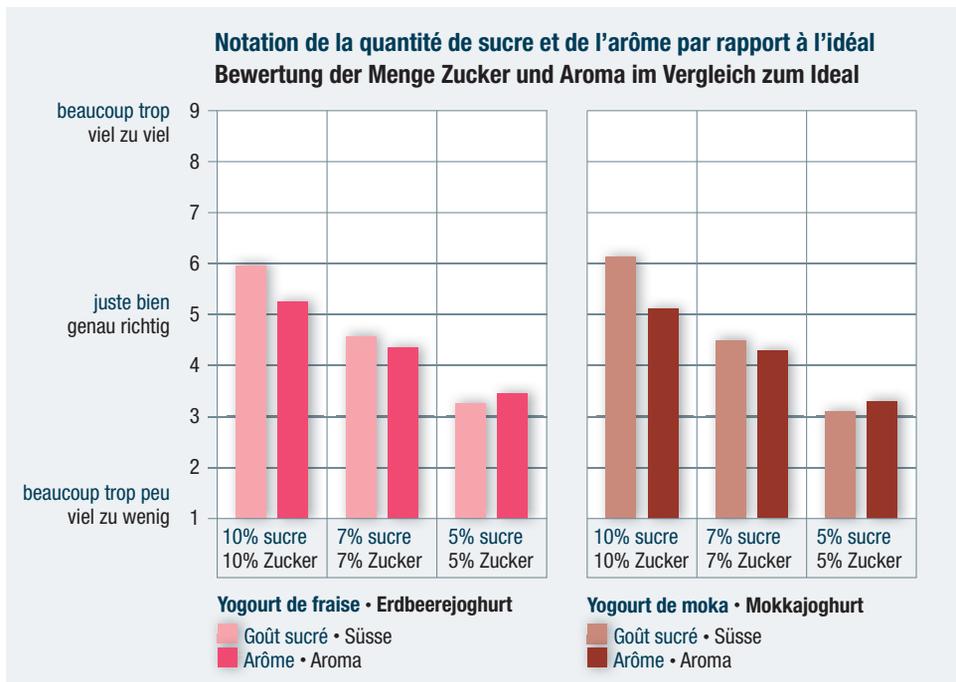
Jusqu'à 30% de sucre en moins

Les personnes interrogées aiment les desserts sucrés. 40% de celles-ci disent choisir un dessert sucré et 30% choisissent un fruit ou un yogourt (saveurs acide et sucrée). Seuls moins de 10% choisiront du fromage après le repas. Ce constat pourrait en partie expliquer le fait que les dégustateurs ont préféré le yogourt contenant la plus haute teneur en sucre. Ceci pour le yogourt à la fraise comme pour le yogourt moka. Il est cependant intéressant de

constater qu'une teneur en sucre de 7% est aussi acceptée. Les yogourts contenant 30% de sucre en moins ont obtenu une note moyenne de 6 sur une échelle de 1 à 9, 9 étant la meilleure note. Particulièrement chez les femmes, il n'y a pas de différence significative de préférence pour une teneur de 7% ou de 10% de sucre pour le yogourt moka. Par contre, pour les deux arômes, une diminution du sucre de 50% n'est pas acceptée, hommes et femmes ont trouvé ces yogourts désagréables.



Une teneur en sucre ajouté de 7% est aussi acceptée. • Auch ein Zuckergehalt von 7% wird akzeptiert.



Une diminution du sucre entraîne une diminution de la perception de l'intensité de l'arôme.

Eine Zuckerreduktion zieht eine Reduktion der Aromaintensitätswahrnehmung nach sich.

Préférences chez les 60 ans et plus

Les personnes de plus de 60 ans préfèrent un yogourt à la fraise contenant 10% de sucre, par contre, il n'y a pas de différence significative de préférence entre 5% et 7%. La situation est différente pour le yogourt moka: là, il n'y a pas de différence significative pour la préférence pour les teneurs de 7% ou 10% de sucre. Par contre, le yogourt contenant 5% de sucre est significativement moins apprécié. Certains de ces résultats semblent contredire les résultats de la première enquête (Alimenta 8.9.2009). Il se peut que les personnes interrogées, sensibilisées au fait que le sucre ait certains effets négatifs, aient voulu donner une meilleure image d'elles-mêmes en indiquant qu'elles trouvaient les yogourts du commerce trop sucrés. Une autre interprétation est le fait que les cultures utilisées à l'heure actuelle rendent les yogourts plus doux et que les personnes habituées à des cultures plus traditionnelles et plus acides rejettent les yogourts actuels en pensant que ce changement de goût viendrait de la quantité de sucre ajoutée.

Le sucre amplificateur d'arômes

Afin de mieux comprendre les facteurs influençant l'appréciation globale des yogourts, les dégustateurs devaient indiquer sur une

échelle de 1 à 9 si la quantité de sucre était trop élevée ou pas assez (la note 5 représentant la quantité idéale). Ils devaient répondre à la même question pour la quantité d'arôme. Malgré le fait que tous les échantillons contenaient la même teneur en arôme et que seule la quantité de sucre avait été modifiée, lorsque la teneur en sucre était diminuée, les dégustateurs ont aussi indiqué que le niveau de l'arôme était trop faible. Ce phénomène apparaît autant pour les yogourts moka que pour les yogourts à la fraise et confirme que le sucre amplifie la perception des arômes.

Alternative Stevia?

Chaque pays a sa stratégie pour aider à diminuer la consommation de sucre raffiné. En France, il existe déjà des yogourts contenant 2,5% de sucre ajouté et l'édulcorant naturel Stevia. Cet édulcorant permet une réduction importante du sucre mais son goût reste très particulier. En Suisse, les grands distributeurs ont annoncé diminuer de 10% la quantité de sucre dans leur propre marque de yogourts. Les résultats de ces dégustations indiquent qu'une réduction jusqu'à 30% de sucre ajouté serait acceptée par la population suisse.

*Les auteurs travaillent chez ALP, Liebefeld-Posieux, Berne

Joghurt

30% Zuckerreduktion

Die Forschungsanstalt Agroscope Liebefeld-Posieux ALP untersuchte die Nahrungsmittelpräferenzen von über 50-Jährigen. Interessanterweise fand über die Hälfte der Befragten die auf dem Markt erhältlichen Joghurts zu süß. Um herauszufinden, welche Zuckerkonzentration gewünscht wird und ob das Alter einen Einfluss darauf hat, wurden Degustationen durchgeführt.

Etwa 400 Personen haben an Degustationen mit Erdbeer- und Mokkajoghurt teilgenommen. Es wurden Joghurts mit drei verschiedenen Zuckergehalten verkostet: mit 5 und 7% sowie mit 10% Zucker, was dem durchschnittlichen Zuckergehalt der im Handel erhältlichen Joghurts entspricht.

Die befragten Personen lieben süße Desserts. Dies könnte teilweise erklären, warum die Joghurts, sowohl Erdbeer als auch Mokka, mit dem höchsten Zuckergehalt am besten eingeschätzt wurden. Interessant ist, dass auch ein Gehalt von 7% Zucker akzeptiert wird. Diese Joghurts haben auf einer Skala von 1 bis 9, wobei 9 die beste Note ist, eine 6 erhalten. Speziell bei den Frauen gab es keinen signifikanten Unterschied für die Bevorzugung eines Mokka-Joghurts mit 7 oder 10% Zucker. Hingegen wurde bei beiden Aromen eine Reduktion des Zuckergehaltes um 50% nicht akzeptiert. Männer wie Frauen empfanden den Geschmack dieser Joghurts als unangenehm.

Die Joghurts wurden alle mit der gleichen Menge Aroma, jedoch unterschiedlichen Mengen Zucker hergestellt. Die Tester gaben an, dass in weniger gezuckerten Joghurts (Erdbeer wie Mokka) das Aroma zu schwach sei. Dies zeigt, dass der Zucker die Wahrnehmung des Aromas verstärkt.

In der Schweiz haben die grossen Verteiler angekündigt, den Zuckergehalt bei den Joghurts ihrer Eigenmarken um 10% zu senken. Die Resultate der Degustationen haben gezeigt, dass von der Schweizer Bevölkerung eine Zuckerreduktion bis zu 30% akzeptiert würde. Magali Chollet, Patrizia Piccinalli, ALP Liebefeld-Posieux