

syfab

Agir pour une alimentation responsable

Newsletter n°45
Avril 2025

QUI SOMMES-NOUS ?

Le SYFAB représente et accompagne les fabricants de produits intermédiaires pour la boulangerie, la pâtisserie et la viennoiserie dans la transition vers une alimentation plus responsable.



© 123RF-fooby

ACTUALITÉS

Accords collectifs : discussions en cours

PRODUIT PHARE

Crêpes et galettes de sarrasin

QUESTIONS-RÉPONSES

Intolérance ou allergie alimentaire ?

ZOOM SUR

Farine de froment (ou farine de blé)

ACCORDS COLLECTIFS : DISCUSSIONS EN COURS AVEC LES AUTORITÉS

Alors que la filière boulangerie se félicite des résultats positifs à mi-parcours de son accord collectif sur la teneur en sel dans le pain, des discussions sont en cours avec les autorités pour réfléchir à de nouveaux accords collectifs dans d'autres filières.

À ce jour, l'accord signé par la filière boulangerie pour réduire la teneur en sel dans le pain est le seul accord collectif acté et mis en œuvre.



© 123RF-grafvision

TENEUR EN SEL : PLUS DE 80 % DE PAINS CONFORMES

Les acteurs de la filière de la boulangerie¹ (dont le SYFAB) se sont engagés à réduire progressivement la teneur en sel dans le pain entre 2022 et 2025², avec des objectifs échelonnés et différenciés en fonction des types de pains. Une campagne d'analyses a été réalisée à mi-parcours². Si les résultats montrent des disparités entre les régions et les circuits de distribution, ils sont globalement positifs, avec plus de 80 % des pains courants, pains complets et céréales, et 98 % des pains de mie analysés respectant les seuils en sel prévus par l'accord.

¹ Accord collectif sur la teneur en sel dans le pain

² Evaluation Oqali

Les entreprises d'une même filière sont encouragées par les autorités françaises à s'associer dans des démarches d'engagements volontaires, via des accords collectifs. Ces derniers, prévus par le Programme national pour l'alimentation et la nutrition, visent à assurer l'amélioration de la qualité nutritionnelle de l'offre alimentaire. À ce jour, un seul accord collectif est acté et mis en œuvre : celui signé par la filière boulangerie pour réduire la teneur en sel dans le pain (lire encadré). La réussite de cet accord pourrait-elle tracer le chemin pour d'autres accords dans d'autres secteurs ? Pas si simple !

DES AMBITIONS PARTAGÉES...

Capitalisant sur les résultats positifs à mi-parcours de l'accord collectif avec la filière boulangerie, les pouvoirs publics rappellent que « face aux enjeux majeurs de santé, il est essentiel de poursuivre les efforts dans cette voie afin d'améliorer de manière globale la qualité nutritionnelle de l'offre alimentaire ». Plus précisément, une attention particulière sera accordée « à la mise en place d'actions ambitieuses et collectives de reformulation, en priorisant la réduction des teneurs en sel, sucres, acides gras saturés et l'augmentation des teneurs en fibres dans les aliments les plus contributeurs. » Sollicitées dans ce cadre, les fédérations FNCG, FEDALIM et SYFAB ont participé début mars 2025, avec d'autres syndicats métiers, à une réunion d'information avec les

différentes administrations en charge des accords collectifs.

... MAIS DES DÉFIS À RELEVER

Lors de cette réunion, les autorités ont rappelé que toute signature d'un accord collectif sur une catégorie de produit doit *a minima* proposer, soit une baisse de 5 % par an sur trois ans pour le sel, le sucre ou les acides gras saturés (AGS), soit une augmentation de 5 % par an sur trois ans pour les fibres. Si ces objectifs peuvent être réalisables pour certains produits, ils se révèlent difficiles à atteindre pour d'autres, particulièrement ceux où les efforts d'amélioration nutritionnelle ont déjà été réalisés. Une ouverture à la rétroactivité a été évoquée, mais sur trois ans au maximum. Les syndicats métiers ont par ailleurs questionné sur la possibilité de prévoir d'autres types d'engagements dans les accords collectifs (par exemple sur la taille des portions, des mesures d'éducation alimentaire...), ou encore sur la possibilité de valoriser les engagements pris sur les emballages, mais ces propositions n'ont pas été retenues. Enfin, plusieurs autres problématiques ont été évoquées : surcoûts liés aux reformulations, échanges de données stratégiques au sein des fédérations, risques de distorsion de concurrence, manque de moyens des administrations pour le suivi et la négociation des accords... En bref, de nombreux points restent à éclaircir pour que les filières puissent s'engager sereinement dans des accords collectifs. 🍷

CRÊPES ET GAULETTES DE SARRASIN



© 123RF-looby

Consommées chaudes ou froides, nature ou garnies, sucrées ou salées : les crêpes se prêtent à toutes les occasions.

La chandeleur les met à l'honneur chaque année début février. Mais toutes les saisons sont bonnes pour manger des crêpes ! Il faut dire qu'elles ont tout pour plaire. Faciles à préparer, conviviales, offrant une possibilité infinie de garnitures sucrées ou salées : les crêpes ont largement conquis le cœur des Français.

UNE RECETTE AUSSI SIMPLE QU'APPRÉCIÉE

La recette des crêpes est basique et peu coûteuse : œufs, farine et lait¹. Et si la préparation dans les règles de l'art nécessite des gestes techniques², la version « fait maison » est toute aussi simple que la liste d'ingrédients. Les œufs sont d'abord intégrés en puits dans la farine, puis le lait est ajouté progressivement pour éviter la formation de grumeaux. Selon les recettes, on peut y ajouter du rhum, de la bière, du sucre, de l'huile, du beurre ; laisser reposer la pâte ou non, etc. Les déclinaisons sont infinies, autant que les possibilités de garnitures à mettre dedans ! Les galettes bretonnes (dites aussi galettes de blé noir, ou galettes de sarrasin) sont une version composée de farine de sarrasin (ou blé noir), d'eau et de sel². Elles sont généralement

“Crêpes de froment, galettes de sarrasin : deux farines, deux saveurs, un même plaisir !”

Leur point commun ? Leur forme ronde et leur finesse, et une recette de base aussi simple que la variété de garnitures possible est infinie. Bienvenue dans le monde des crêpes et des galettes de sarrasin.



© 123RF-marguillat

consommées salées mais peuvent aussi s'accommoder d'une garniture sucrée, particulièrement appréciée des amateurs de sucré-salé

BRETONNES OU UNIVERSELLES ?

En France, les crêpes et galettes sont intimement liées à la Bretagne, où elles font partie des spécialités phares : les crêpes dans l'Ouest de la région, et les galettes dans l'Est². Mais elles sont largement consommées dans tout le pays, en tant que tel ou dans l'une des nombreuses variantes régionales existantes : bourriol en Auvergne, tourtou en Corrèze, nicci à la farine de châtaigne en Corse, couquebaque à base de bière dans le Nord, etc. Les variantes se déclinent aussi au-delà de nos frontières : pancakes aux Etats-Unis, blinis en Russie, piadina en Italie, filloas en Espagne, tortillas au Mexique, baghrir (ou « crêpe mille trous ») au Maghreb... Preuve du succès incontestable de cette fine couche de pâte ! 🍌

¹ Dictionnaire de l'Académie française
² Office du tourisme du Golfe du Morbihan

Les galettes de sarrasin conviennent pour une alimentation sans gluten car le sarrasin, ou blé noir, n'est pas une céréale à proprement parler.



UN PEU D'HISTOIRE...

D'origine païenne, la tradition de la Chandeleur saluait l'arrivée du printemps. Avec leur forme ronde et dorée rappelant le soleil, les crêpes marquaient l'espoir d'une récolte abondante. Cette tradition a ensuite été introduite dans les fêtes chrétiennes et associée à la présentation de Jésus au temple (d'où sa date : 40 jours après Noël)¹. Aujourd'hui, elle a perdu son aspect religieux et est célébrée par la majorité des Français : 8 Français sur 10 déclarent en manger ce jour-là².

¹ Eglise catholique
² Enquête Fédération des Entrepreneurs de la Boulangerie / Ifop - décembre 2024

INTOLÉRANCE OU ALLERGIE ALIMENTAIRE ?

Les allergies et intolérances alimentaires sont de plus en plus fréquentes¹. Comment différencier ces deux troubles ? Quels ingrédients utilisés en boulangerie, viennoiserie et pâtisserie (BVP) peuvent les déclencher ?



QUELQUES CHIFFRES

Les allergies de toutes natures représentent, selon l'OMS, la quatrième maladie chronique dans le monde. Parmi elles, les allergies alimentaires sont souvent qualifiées de « deuxième vague allergique », après l'asthme. Un [rapport Agreste de 2018](#) rapporte que leur fréquence augmente régulièrement depuis les années 1970. Leur prévalence en France est estimée, selon l'Inserm, à 2 % chez l'adulte et 5 % chez l'enfant. Outre les allergies, on constate aussi une progression assez générale des intolérances alimentaires. Diverses hypothèses explicatives sont avancées : évolutions de l'environnement, des produits consommés, des modes de vie, etc.

QUELLE EST LA DIFFÉRENCE ENTRE ALLERGIE ET INTOLÉRANCE ALIMENTAIRE ?

Si dans les deux cas, il s'agit d'une réaction du corps à une substance *a priori* inoffensive présente dans l'alimentation, l'allergie et l'intolérance sont très différentes. L'allergie est une réaction excessive du système immunitaire. L'ingestion d'une quantité, même faible, de la substance en cause (appelée allergène) provoque des symptômes (cutanés, respiratoires, digestifs, voire cardiovasculaires), allant de légers à potentiellement mortels (choc anaphylactique²). L'intolérance est, quant à elle, liée à un dysfonctionnement de l'organisme (déficit en lactase par exemple), qui n'est plus capable de digérer certains aliments (ceux contenant du lactose, si on suit le même exemple)³. Les symptômes sont souvent digestifs (douleurs abdominales, ballonnement, diarrhées...), avec parfois des maux de tête et de la fatigue⁴. Autre différence : l'allergie peut être objectivée par un bilan allergologique⁵ ; l'intolérance est plus difficile à diagnostiquer.

QUELS INGRÉDIENTS EN BVP PEUVENT PROVOQUER CES TROUBLES ?

Le [Règlement UE n°1169/2011](#) (dit Règlement INCO) a établi une liste des substances et produits provoquant des allergies ou intolérances. Parmi eux :

- Les céréales contenant du gluten (blé, seigle, orge, avoine, épeautre, kamut ou leurs souches hybridées) et produits à base de ces céréales
- Les œufs et produits à base d'œufs
- Les arachides et produits à base d'arachides
- Le soja et produits à base de soja



© 123RF-ipeung

Moins graves que les allergies, les intolérances alimentaires se manifestent souvent par des troubles digestifs.

- Le lait et produits à base de lait (y compris le lactose)
 - Les fruits à coques (amandes, noisettes, noix, noix de cajou, pécan, macadamia, du Brésil, du Queensland, pistaches) et produits à base de ces fruits
 - Les graines de sésame et produits à base de graines de sésame
 - Le lupin et produits à base de lupin.
- Ces substances et produits sont soumis à des obligations d'étiquetage⁶.

QU'EN EST-IL DU GLUTEN ?

Le gluten est une protéine présente dans le blé. On le retrouve notamment dans la farine de blé, qui est un élément essentiel pour la fabrication du pain. S'il est bien toléré par la majorité des consommateurs, le gluten peut provoquer chez certaines personnes une intolérance (maladie coéliqua, qui toucherait environ 1 % des Français¹) ou une sensibilité non coéliqua au gluten (pathologie qui se traduit par des signes digestifs de gravité variable, dont il est difficile d'évaluer la prévalence car elle est encore mal connue²). Le gluten joue également un rôle dans l'allergie au blé (qui concernerait moins de 0,5 % des Français³) mais il n'est pas le seul : d'autres protéines du blé peuvent aussi être responsables de cette allergie. 🍀

¹ Agreste, 2018

² Réaction sévère et généralisée dont l'issue peut être fatale

³ Allergies et intolérances alimentaires, Manger bouger

⁴ Intolérance alimentaire, Vidal

⁵ Allergie alimentaire : la consultation médicale et les mesures au quotidien

⁶ Règlement UE n°1169/2011 (dit Règlement INCO) et Code de la consommation

FARINE DE FROMENT (OU FARINE DE BLÉ)

Si toutes les céréales (et même d'autres végétaux comme les lentilles, les pois chiches, le soja, la châtaigne...) peuvent être utilisées pour faire de la farine, le blé tendre est de loin la plus utilisée à ce jour.

La farine de blé est aussi appelée farine de froment.



© 123RF - juliasudnitskaya

La farine de froment¹ (ou farine de blé) est issue de la mouture de grains de blé tendre (*Triticum aestivum* L.). Il s'agit d'une transformation uniquement mécanique : après avoir été nettoyés, les grains sont successivement broyés puis tamisés. Le Code des usages de la farine précise qu'elle est « destinée à être utilisée dans des produits alimentaires et peut contenir les ingrédients autorisés dans les produits dans lesquels elle sera utilisée. »²

TYPOLOGIE SELON LE TAUX DE CENDRES

Les farines de blé sont classées selon des « types », définis en fonction du taux de cendre. Ce dernier est exprimé en pourcentage ramené à la matière sèche ; la mesure consiste à peser le résidu obtenu après avoir brûlé la farine (d'où le nom de taux de cendres). Comme les matières minérales ne sont pas réparties de manière uniforme dans le grain de blé (proportion faible dans l'amande, plus élevée dans l'enveloppe), les farines blanches (avec peu d'enveloppe) affichent un taux de cendres faible, et les farines plus foncées, contenant des fragments d'enveloppe, un taux élevé. Six types de farines sont définis par arrêté ministériel : type 45 (taux de cendres le plus bas, inférieur à 0,50 % de matière sèche), pour la pâtisserie, viennoiserie et cuisine ; type 55 et type 65, pour le pain courant et les biscuits ; type 80 et type 110, pour le pain de campagne, le pain au son et les pains spéciaux ; et type 150 (taux de cendres le plus élevé, supérieur à 1,40 % de matière sèche), pour le pain complet³.

CLASSIFICATION SELON LES UTILISATIONS

En parallèle de cette typologie, les meuniers produisent des farines soumises à des réglementations et usages stricts^{2,3}, comme les farines « pour pain de tradition française » (réglementées depuis le décret pain de 1993) ; les farines « de force » pour les panifications en méthodes spéciales, la viennoiserie et le feuilletage ; les farines « de gruau » qui sont des farines de blé tendre à teneur en protéines élevée ; les farines « biscuitières » pour les biscuits secs, pâtes jaunes et génoises ; ou encore les « préparations pour » contenant des farines ou mélanges de farines auxquelles d'autres ingrédients sont ajoutés (par exemple, graines, fruits secs, matières grasses, matières sucrantes, additifs et/ou auxiliaires technologiques autorisés...).

AJOUT D'INGRÉDIENTS DANS LA FARINE

La farine peut faire l'objet d'ajout d'ingrédients, par exemple pour améliorer les qualités technologiques de la pâte : des composants de base (farine de fève, farine de soja, gluten vital de blé, farine de blé malté) et/ou des additifs et auxiliaires technologiques. Ces ajouts sont possibles dans un cadre réglementaire strict. Selon les catégories de pains, la réglementation impose des listes d'ingrédients autorisés, la plus restrictive étant celle du pain de tradition française³.

¹ Le terme « froment » vient du latin frumentum, qui veut dire « céréale, grain, blé »

² Codes des usages Farine

³ Association nationale de la meunerie française



LE SAVIEZ-VOUS ?

La farine est sans doute le plus ancien ingrédient obtenu par transformation directe des grains de céréales. En 2018, des archéologues danois ont retrouvé des traces de pain, donc de farine, dans l'alimentation des populations qui vivaient il y a 14 000 ans, soit 4 000 avant la domestication du blé.

Source : [Intercéréales. En savoir plus sur la farine de froment](#)

EN SAVOIR PLUS
SUR LA FARINE
DE FROMENT





Directeur de la publication :
Stéphane Pucel

Responsable de la rédaction :
Hubert Bocquelet

Comité de rédaction :
les membres du SYFAB

ISSN : 2272-0405

Agir pour une alimentation responsable

syfab.fr



syfab

**Syndicat national des fabricants de produits intermédiaires
boulangerie pâtisserie et viennoiserie.**

66 rue la Boétie 75008, paris

Tél. 01 53 42 33 86 - contact@66laboetie.fr