

Compote

On se paie notre pomme

Barbara Pfenniger et Aude Haenni

Entre sucre ajouté et fruits étrangers, voici ce que nous réservent les compotes industrielles.

La recette de la compote de pommes est on ne peut plus simple: Boskoop, Golden et Cloche, un fond d'eau, une pincée de sucre. Citron, vanille ou cannelle, à ajouter selon les goûts... Est-ce ce que proposent les pots des grandes surfaces? La FRC s'est plongée dans une lecture d'étiquettes de neuf préparations industrielles. Parallèlement, les papilles de centaines de testeurs ont été mises à contribution lors de diverses manifestations du terroir en 2017 afin de définir quelles compotes plaisaient le plus.

La première constatation porte sur la teneur en sucre. Sur neuf produits, seul un ne contient pas de sucre ajouté, l'Apfelmark d'Alnatura (Migros). On peut faire sans et en apprécier le goût, puisque ce bocal finit troisième du classement.

Quand jus = sucre

La purée de Staud's Wien (Globus) est, elle, édulcorée avec du jus de pomme concentré. L'OMS considère ce concentré aussi néfaste pour la santé que du sucre blanc. Seule sa saveur est meilleure.

Tout en bas du classement, on retrouve les produits Hero et M-Budget qui jouent sur l'indication «sans sucres ajoutés». Or le premier contient du sucralose et le second du cyclamate, deux édulcorants intenses. S'ils donnent une saveur sucrée sans ajouter de calories, les édulcorants ont été mis en cause par des recherches récentes qui ont mon-

tré leur influence sur le microbiote et par là sur la résistance au glucose. Ils favoriseraient ainsi le développement de maladies métaboliques.

Un deuxième souci touche l'entier de notre panel, ou presque. Les emballages indiquent bien que les compotes ont été élaborées en Allemagne, Italie, France ou Suisse, mais impossible de savoir si les fruits proviennent bel et bien de ces contrées ou plutôt de Pologne ou de Chine, grands pays producteurs de pommes. Seules Hero et M-Classic proposent un produit bien de chez nous. Quant à celle de Denner, elle indique que les pommes viennent d'Italie et d'Allemagne. De l'étranger, mais cela a le mérite d'être écrit noir sur blanc...

Les dégustateurs, interpellés au Marché du terroir à Neuchâtel, au Concours suisse des produits du terroir à Courtemelon et au Salon Goûts et Terroirs à Bulle, ont ainsi scruté, humé, goûté ces produits

Produits pour enfant Chers et suremballés

Le marché regorge de compotes en gourde et autres emballages individuels pour enfant. S'ils n'ont pas été intégrés dans notre test, leur prix est tout de même à pointer du doigt: jusqu'à plus de 11fr. le kilo. Un montant qui couvre le plastique de l'emballage et son contenu, mais également le marketing...

industriels ainsi qu'une préparation maison. Chacun y a été de son avis. Résultat: toutes les compotes ont été plus ou moins appréciées gustativement parlant, hormis la faite maison, qualifiée de plus acide et pas assez sucrée. Préparée avec des pommes de supermarché, elle n'était visiblement pas parfaite. Pourquoi choisir entre absence de sucre ajouté ou indication de la provenance? Testez la recette de grand-mère: trois variétés locales, cuites à la vapeur et moulées ensemble!

tests

Comparateur ▶ test.frc.ch

Reportages

▶ frc.ch/antennes

	M-CLASSIC Compote de pommes	DENNER Purée de pommes	ALNATURA Apfelmark	COOP PRIX GARANTIE Compote de pommes	QUALITÉ PRIX Compote de pommes	STAUD'S WIEN APPELMUS Compote sans sucre ajouté	ANDROS Pomme nature	HERO Purée de pommes	M-BUDGET Compote de pommes	COMPOTE FAITE MAISON
DISTRIBUTEUR	Migros	Denner	Migros	Coop	Coop	Globus	Coop	Manor	Migros	-
POIDS (g)	445	720	360	720	430	310	750	430	520	-
PRIX PRIX AU KILO	1.50 3.37	1.- 1.39	1.20 3.33	0.95 1.32	0.95 2.21	4.90 15.81	3.50 4.67	2.30 5.35	0.70 1.35	-
CONDITIONNEMENT	Conserve	Verre	Verre	Verre	Conserve	Verre	Verre	Conserve	Berlingot	Maison
PAYS DE PRODUCTION	Suisse	Allemagne	Allemagne	Allemagne	Allemagne	Autriche	France	Suisse	Italie	Local
PROVENANCE POMMES	Suisse	Allemagne Italie	n.d.	n.d.	n.d.	n.d.	n.d.	Suisse	n.d.	Suisse
SUCRE AJOUTÉ	Sucre	Sucre	Non	Sirop glucose et fructose	Sucre	Jus concentré	Sucre	Sucralose	Cyclamate	Non
DÉGUSTATION (50%)	●	●●	●	●	●	●	●	●●	●	■
SUCRE (20%)	▲	▲	●●	▲	▲	■	▲	▲▲	▲▲	●●
INDICATION DE L'ORIGINE (20%)	●●	●	▲▲	▲▲	▲▲	▲▲	▲▲	●●	▲▲	●●
ENVIE D'EN RACHETER (10%)	●	●	■	●●	●	●	■	●	■	▲
APPRÉCIATION GLOBALE	● 71,9%	● 68%	● 60,4%	■ 53%	■ 52,9%	■ 48,1%	■ 44,8%	▲▲ 15%	▲▲ 15%	● 70,4%