

MOINS DE BŒUF, PLUS DE POULET : VOICI CE QUI A CHANGÉ DANS VOTRE ASSIETTE EN 50 ANS

(Article publié par R-CANADA, juillet 2018)

Jadis un classique des repas, le bœuf accompagné de pommes de terre a été détrôné dans l'assiette des canadiens par le poulet avec le riz. Et ce n'est qu'un des changements survenus en un demi-siècle dans les habitudes alimentaires selon une analyse de CBC.

Selon une étude de la CBC, chaque canadien jette près de 170 kilo de nourriture par an.

L'alimentation : un miroir des changements de la société canadienne

Les goûts alimentaires au pays ont changé d'une manière qu'on aurait pu imaginer dans les années 60 en raison de la diversité croissante de la population, des changements dans les habitudes en matière de santé et dans la chaîne mondiale d'approvisionnement alimentaire.

Dans les 50 dernières années, la pomme de terre a constitué la plus importante source de glucide des canadiens. Chaque personne a consommé en moyenne 70 kilo de pommes de terre. Toutefois durant les années 2000, la farine de blé a gagné en popularité. Désormais la pomme de terre et la farine de blé sont ex aequo sur le marché et ces 2 denrées sont en baisse de popularité.

De manière générale, les canadiens ont mangé de moins en moins de pommes de terre depuis les années 30, cela illustre à quel point le repas typique des canadiens a changé. Avant c'était de la viande et des patates. Avec les changements culturels au pays, ce serait maintenant les pâtes.

Les changements démographiques, tel l'immigration asiatique peuvent expliquer un autre changement dans la consommation des glucides; en 2004, le riz a devancé le maïs comme 3 ième source en importance de glucides loin derrière la pomme de terre et la farine de blé.

Le bœuf détrôné par la volaille

Les années 70 furent l'âge d'or du bœuf avec une offre de près de 37 kilo par personne. Aujourd'hui l'offre est de moins de 18 kilo et cette proportion continue de baisser, semble-t-il. Ce que le bœuf a perdu, le poulet l'a gagné : il y a 25 kilo de poulet et de dinde pour chaque canadien désormais. Ce sont les viandes les plus populaires. Le bœuf est la protéine de choix et il est très cher; aucune étude n'encourage les gens à manger plus de bœuf car il y a des enjeux liés à l'environnement et à la santé. Le poulet est une protéine pas chère et est soumise à la gestion de l'offre et il y a de la qualité.

La banane produit parfait

Voilà 2 décennies que la banane a supplanté la pomme au sommet de l'offre alimentaire en matière de fruit. L'offre de bananes est constante tout au long de l'année et ce fruit est moins cher que la pomme; c'est le produit parfait doté d'une enveloppe naturelle donc aucun problème de sécurité alimentaire. Il se transporte aisément et peut être consommé rapidement.

Le vieillissement de la population peut expliquer pourquoi la banane est si appréciée car la pomme peut être difficile à manger pour les gens âgés.

Salade un jour, salade toujours

Les légumes offerts en plus grande quantité sur le marché ont peu changé en 50 ans : tomates, carottes, laitue, oignons. Ces denrées de base pour une salade dominent les légumes proposés sur les tablettes des supermarchés. D'autres légumes se sont taillés une popularité plus modeste : épinards, asperges, brocoli, rapini.

Un café s'il vous plaît

Longtemps en tête de palmarès, la bière occupe la deuxième place des boissons offertes aux canadiens. Nous vivons à l'ère du café, popularisé par des chaînes telles que Tim Hortons, Starbucks et Second cup.

Entre 1990 et 2004, la domination était celle des boissons gazeuses; elles ont perdu depuis en popularité, les consommateurs les ayant délaissées pour raison de santé; les vies de boissons gazeuses se tournent vers les pays en développement.

Le vin est en croissance au Canada. Il y a 10 ans l'offre du vin a supplanté celle du jus d'orange; cela s'explique par la globalisation des marchés et par le fait que le Canada est un meilleur producteur de vin; nos vignobles ont un meilleur rendement et plus de gens boivent du vin produit localement.

Seule le père Noël se voit encore offrir du lait.....

Dans les années 60, il y avait sur le marché plus de 70 litres de lait entier pour chaque canadien. Aujourd'hui cette proportion est réduite à 10. La préoccupation autour du gras n'explique pas à elle seule ce déclin, puisque même l'offre de lait à 2% et 1% de gras est en baisse. Il y a moins de canadiens qui accompagnent leur repas d'un verre de lait. Il y a eu des changements dans les habitudes alimentaires. Moins friands de lait, les consommateurs sont circonspects face au gluten. Lait et gluten en défaveur: telles sont les plus fortes tendances alimentaires de la dernière décennie. Des substituts comme le lait d'amande ou de soya sont venus gruger la portion de marché que détenait le lait.

Canneberges et bleuets: vive les antioxydants

Depuis 1980, de nouvelles tendances émergent; les canneberges et bleuets qui n'étaient offerts 1/3 de kilo par canadiens sont maintenant considérés des superaliments remplis d'antioxydants. De produit frais qu'elles étaient, la canneberge est maintenant considérée comme un aliment.

La population canadienne consomme aussi davantage de fromages raffinés: il y a maintenant 8 kilo offerts pour chaque consommateur par rapport à 0,6 kilo en 1960.

La crème de table a eu une poussée formidable avec une croissance de 1230% depuis 1980. Le yogourt suit la crème de près. Les sous-produits du lait ont connu une hausse de popularité, la tendance voulant que les gens apprécient de nouveau les gras naturels.

FPC/2018-10-20